

جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك

إعداد الطالب

مراد كاسب عبد البوات

إشراف الدكتور

باسم الدحادحة

رسالــــة مقدمة إلى كلية الدراســـــات العليــــــا
استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير
في الإرشاد النفسي قسم الإرشاد والتربية الخاصة
جامعة مؤتة، 2015م

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة مؤتة
كلية الدراسات العليا

MUTAH UNIVERSITY
College of Graduate Studies

نموذج رقم (١٤)

قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب مراد كاسب البوات الموسومة بـ:

الضغوط النفسيه وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكوميه في محافظة الكرك

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في **الارشاد النفسي و التربوي.**

القسم: الإرشاد والتربية الخاصة.

	التوقيع	التاريخ	
د. باسم الدحادحه		28/12/2015	مشرفاً ورئيسا
أ.د. محمد ابراهيم السفاسفه		28/12/2015	عضواً
د. احمد ابو اسعد		28/12/2015	عضواً
د. صالح سالم الخوالدة		28/12/2015	عضواً



عميد الدراسات العليا

د. محمد المحاسنة

مؤته – الكرك – الاردن
الرمز البريدي: ٦١٧١٠
تلفون: ٠٣/٢٣٧٢٣٨٠-٩٩
فرعي 5328-5330
فاكس ٠٣/٢ 375694
البريد الالكتروني
الصفحة الالكترونية

MUTAH-KARAK-JORDAN
Postal Code: 61710
TEL :03/2372380-99
Ext. 5328-5330
FAX:03/ 2375694
e-mail: dgs@mutah.edu.jo sedgs@mutah.edu.jo
http://www.mutah.edu.jo/gradest/derasat.htm

الإهداء

إلى كل من ذكر الله ففاضت عيناه.

إلى من أعتز به وكان نبراساً يضيء حياتي وبذل الغالي من أجل نجاحي ومن ساندني بالتوجيه والتربية، اسأل الله العظيم أن يعطيه الصحة والعافية... أبي الغالي.

إلى ريحانة الفؤاد ووردة العيون التي ضحت الكثير من أجلي وبثت بنفسي روح الجد والاجتهاد، بدعائها صبرت وصمدت وهي عطاء بلا حدود، تلك الأم التي قيل فيها الجنة تحت أقدامها، فمهما قلت لن أوفيك حقك وسأبقى عاجزاً عن وصفك أيتها الغالية... أمي الحنونة.

إلى ينابيع العطاء التي لا تنضب ونهر الحنان الدائم أخواني وأخواتي الغاليين على قلبي.

إلى التاريخ والمجد وصرح العلم والمعرفة إلى الجامعة التي أعتز بها إلى جامعة مؤتة الغالية.

إلى منبع النبض الحنون وأرض الحشد والرباط وطني الغالي الأردن حماه الله أرضاً وملكاً وشعباً .

إلى الأصدقاء والأقارب الذين وقفوا بجانبي وساندوني بصدق وإخلاص.

إلى كل باحث عن العلم والمعرفة اهدي إليك رسالتي.

مراد كاسب البوات

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين حمداً طيباً كثيراً مباركاً فيه، والصلاة والسلام على خير الأنام والمرسلين سيدنا محمد عليه أفضل الصلوات وأتم التسليم وعلى آله وصحبه أجمعين.

الحمد لله الذي أمدني بالعون والصبر والعزيمة لإخراج هذا العمل إلى حيز الوجود، ومن تمام الحمد رد الفضل إلى أهله فأتقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى الدكتور (باسم الدحادحة) الذي تفضل بالإشراف على هذا البحث فأعطاني الكثير من وقته وقدم لي العون والنصح والإرشاد فله مني عظيم الشكر والامتنان.

كما وأتقدم بالشكر الجزيل إلى أساتذتي بحور العلم في قسم الإرشاد والتربية الخاصة الذين نهلت من علمهم وتعلمت واستفدت من خبراتهم وكان لهم الفضل بعد الله في وصولي إلى هذا المستوى، ولم يبخلوا يوماً عن تقديم المعلومة العلمية والنصح والإرشاد لكم مني شهادة فخر واعتزاز أتوشم بها في مسيرتي العلمية والعملية.

وكل الشكر والعرفان للأساتذة الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة الأستاذ الدكتور محمد السفاسفة والدكتور أحمد أبو أسعد والدكتور صالح خوالدة على قبولهم مناقشة هذا البحث وما قدموه من ملاحظات قيمة.

وأتقدم بخالص الشكر والعرفان للأصدقاء الأعزاء وكل من كان له فضل علي سواء بنصيحة أو توجيه أو مساعدة لكم مني خالص الأمنيات والتوفيق.

كما وأتقدم بالشكر الجزيل إلى رؤساء أقسام الإرشاد التربوي في مديريات التربية والتعليم في محافظة الكرك لمساعدتهم لي وتسهيل مهمتي أثناء عمل هذا البحث.

مراد كاسب البوات

فهرس المحتويات

المحتوى	**الصفحة**

قائمة الجداول

الرقم	عنوانه	الصفحة

قائمة الملاحق

الملخص

الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك

مراد البوات

جامعة مؤتة،2015

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك، واختلافها باختلاف متغيرات النوع الاجتماعي، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي، وتكونت عينة الدراسة من (103)مرشداً ومرشدة في محافظة الكرك، وتحقيقاً لهدف الدراسة تم بناء استبانه تكونت من مقياسين، الأول: مقياس الضغوط النفسية، والثاني: مقياس الدافعية نحو العمل، جرى التحقق من صدقهما وثباتهما، وقد خرجت الدراسة بعدد من النتائج، من أهمها: أن مستوى الضغوط النفسية ومستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك جاء بدرجة متوسطة، وجاء أولاً بعد (الراتب والحافز)، يليه بعد (عبء العمل)، يليه بعد(العلاقة مع أولياء الأمور)، وأخيراً بعد (العلاقة مع الطلبة)، كما كشفت النتائج عن وجود أثر لبعد (الراتب والحافز) على الدافعية نحو العمل لدى المرشدين، إضافةً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر النوع الاجتماعي (ما عدا بعد الراتب والحافز)، ومتغير المؤهل العلمي ومتغير سنوات الخبرة والتفاعل بينهما على مقياس الضغوط النفسية ومقياس الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك. فيما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر النوع الاجتماعي في بعد (الراتب والحافز) في مقياس الضغوط النفسية لدى المرشدين في محافظة الكرك لصالح المرشدات.

وقد خرجت الدراسة بعدد من التوصيات من أهمها: إعداد برامج ودورات تدريبية للمرشدين والمرشدات في كيفية التعامل مع المواقف التي تؤدي إلى حدوث ظاهرة الضغوط النفسية، وإعادة النظر في نظام الحوافز والعلاوات والرواتب المتعلقة بوظيفة المرشد التربوي.

Abstract

The psychological stresses and their relationship with motivation to work among the counselors in the public schools in Al-Karak governorate

Murad Al-bawwat

Mu'tah University, 2015

This study aimed at identifying the psychological stresses and their relationship with motivation to work among the counselors in the public schools in Al-Karak governorate, as well identifying its variance according to the variables of gender, years of experience and educational qualification. The study sample consisted of 103 male and female counselors in Al-Karak governorate. In order to achieve the objective of the study, a questionnaire which consisted of two scales was designed: the first is the psychological stresses scale, and the second one is the motivation to work scale; their validity and reliability were verified. The study concluded a number of results, including that: the level of the psychological stresses and their relationship with motivation to work among the counselors in public schools in Al-Karak governorate was medium, in which the dimension of (salary and incentive) was in the first place, followed by (work load), then (the relationship with the students' parents), and finally (the relationship with the students). The results also revealed that there is an effect for the dimension of (salary and incentive) on the motivation to work among the counselors, and there are no statistically significant differences due to the impact of gender (except for the dimension of salary and incentive), and the variable of academic qualification as well as the variable of years of experience as well as the interaction between them on the scale of the psychological stresses and the scale of motivation to work among the counselors in public schools in Al-Karak governorate. While the results showed that there are statistically significant differences due to the impact of gender on the dimension (of salary and incentive) in the psychological stresses scale among the counselors in public schools in Al-Karak governorate in favor of the female counselors.

The study concluded a number of recommendations, including: preparing programs and training courses for the male and female counselors regarding the way of dealing with the situations that lead to psychological stresses, and rethinking in the system of the incentive bonuses and salaries for the job of the educational counselor.

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

1.1 المقدمة

تعد الضغوط النفسية أحد المظاهر الرئيسية في حياتنا المعاصرة، وما هي إلا رد فعل للتغيرات السريعة التي طرأت على كافة نواحي الحياة حتى أصبح عصرنا يطلق عليه عصر الضغوط، حيث أصبح كل فرد منا يعاني الضغوط بدرجات متفاوتة، فلا ريب بالأحداث والمواقف الضاغطة، التي يتعرض لها الفرد غدت تؤثر على البناء النفسي لديه في إطار علاقاته بالبيئة الاجتماعية التي يحيا فيها وجعلته يعاني الشعور بالإحباط والاكتئاب والقلق (حسين وحسين، 2006).

وقد يكون الضغط النفسي ايجابياً، أي انه يقود إلى خلق تغيرات وتحديات تعود بالنفع على الفرد بحيث تزيد من أدائه وتدفعه إلى المزيد من الثقة بنفسه، أو قد يكون سلبياً ، فيترك وراءه العديد من الأعراض الجسدية والنفسية والسلوكية، قد تكون مؤقتة أو تلازمه طيلة حياته (النوايسة، 2013).

والضغوط النفسية أو ضغوط الحياة لا تقتصر على الأحداث المؤلمة التي يشعر بها الإنسان فحسب، بل تشمل كذلك الأحداث المفرحة التي لا يعرف الفرد كيف يتعامل معها، فتنتج ردود أفعال غير طبيعية، كأن يصاب بفقدان الوعي إذا مر بموقف مفرح، أو يصاب بحالة هستيرية لأي سبب مفرح غير متوقع له (الحسيني، 2005).

وإن الضغوط التي يعاني منها الأفراد تؤثر سلباً على المجتمع مسببةً أخطاراً مختلفةً، فقد تؤثر الضغوط على الفرد والمؤسسة التي يعمل فيها ومن ثم إلى المجتمع، وإن ضغوط الحياة اليومية وبالأخص ضغوط العمل تسبب اضطرابات في العمل مما يؤدي إلى عدم التوازن بين ضغوط العمل وبين مستوى دافعية الفرد نحو العمل(Nelson,2000).

وتنبع أهمية الدافعية من الوجهة التربوية كونها هدفا تربوياً بحد ذاتها فاستثارة دافعية الأفراد وتوجهيها تجعلهم يقبلون على القيام بأنشطة معرفية وحركية وعاطفية معينة،

وكونها وسيلة يمكن استخدامها في سبيل انجاز أهداف تعليمية وتربوية (كوافحة، 2004).

وتنشأ الدافعية نتيجة اختلال ما، إما في التوازن الجسمي، أو في التنظيم الذاتي للإنسان، ومن ثم يدفع الكائن الحي داخلياً إلى إعادة التوازن، ومن ثم الوصول إلى الحالة العادية التي تجعله يستمر في الحياة (الفرماوي، 2004).

ومن هنا أصبح الإرشاد التربوي كتخصص يهدف إلى تقديم الخدمة للأفراد والجماعات مطلباً ضروريا بهدف تنمية القوى البشرية في مواجهة الصعوبات التي تعترضهم في حياتهم؛ لأنَّ بناء الإنسان وتوجيهه التوجيه الجيد يعد من أصعب الأمور إذا ما قيس ببناء المدارس والمشافي؛ لأنَّ هذا يتطلب الدراسة العلمية الدقيقة والمتكاملة للفرد أو المجتمع بغية الكشف عن حاجاته وقدراته وميوله، والتعرف على مشكلاته ومساعدته على حلها، وتوجيه نفسه والتصرف بحكمة وبصيرة مستغلاً كل إمكانياته الشخصية والبيئية؛ليصبح فرداً منتجاًوايجابياً ومؤثراً في تنمية نفسه ومجتمعه (العاسمي، 2010).

ويعد الإرشاد التربوي من أهم الخدمات الأساسية المقدمة للأفراد والجماعات، وذلك لمساعدتهم في تحقيق أقصى غايات النمو السوي لمظاهر شخصياتهم كافة، والوصول بهم إلى ما يؤهلهم من إمكانيات شخصية تساعد على النمو والتطور، لتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي (المصري، 2009).

فقد أصبح الإرشاد التربوي مهنة متخصصة في المدارس وكثير من المؤسسات الاجتماعية الأخرى التي تشمل وسائل متعددة، وانعكاسٍ للاهتمام بالإرشاد التربوي، فقد ازداد عدد المرشدين وازداد فرص تأهيلهم، وازداد عدد الدوريات والكتب التي تعنى بالإرشاد التربوي (الزعبي، 2002).

ويرى العزة (2001) أن الإرشاد لا يكون فعالاً ما لم يقم به شخص يمتلك ذخيرةً واسعةً من مهارات المساعدة، تشمل حبه لتقديم يد العون وخلفيته النظرية ومؤهلاته، وخبراته في مجال الإرشاد وقدرته على التحمل وعلى إقامة علاقة إرشادية قوية تساعد المسترشد على الانتقال من الدعم الخارجي إلى الدعم الذاتي.

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

أصبحت الضغوط النفسية ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية التي يتعرض لها الفرد في مواقف وأوقات مختلفة تستلزم منه توافقاً مع نفسه، ومع البيئة، وبالتالي أصبحت حياة الإنسان لا تخلو من الضغوط والتي بدورها تؤدي إلى حالة من الإجهاد النفسي والبدني.

وقد يكون منشأ الضغوط النفسية مهنة الفرد وما يقوم به من أعمال، حيث يتعرض بصورة واضحة إلى الضغوط كل من يؤدي خدمة إلى الأفراد ويتعامل مع الآخرين.

حيث يتعرض المرشد التربوي في المدارس والمؤسسات التربوية، كغيره من العاملين في ميادين الخدمات الاجتماعية والإنسانية للكثير من الضغوط النفسية، وما يترتب على ذلك من عبء وظيفي، بالإضافة إلى عدم توافر المكافآت المعنوية كالحوافز والرواتب، وطبيعة التعامل مع الطلبة، وأولياء الأمور، وتشكل هذه الظروف عند المرشد التربوي ضغطا نفسياً بشكل أو بآخر، يستوجب الاستقصاء والبحث إذا ما لابدَ للعملية الإرشادية من تحقيق الأهداف التي وضعت في مدارسنا ومؤسساتنا.

وقد أجريت العديد من الدراسات التي بحثت في مستويات الضغوط لدى المرشدين كدراسة بورتمن (Portman, 1985) والتي أشارت نتائجها إلى أن من الأمور التي تساهم في رفع درجات الضغط النفسي لدى المرشدين: مطالب العمل الزائدة، وتهميش دور المرشد التربوي، كما وأشارت نتائج دراسة الحربي (2009) إلى معاناة مرشدي المعاهد العلمية من مصادر الضغوط النفسية بدرجة عالية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير العبء الدراسي لصالح ذوي الأعباء التدريسية الأكثر.

وإحساساً من الباحث الذي يعمل في مجال الإرشاد التربوي بنقص الدراسات التي تناولت العلاقة بصورة مباشرة ما بين الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين ارتأى الباحث لإجراء هذه الدراسة، لرفد الميدان التربوي المحلي والعربي بالمعلومة الصحيحة والدقيقة عن تلك العلاقة، لذا فقد برزت مشكلة البحث التي تحاول الدراسة التصدي لها والمتمثلة بالضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

وبالتالي فإن هذه الدراسة تحاول أن تجيب عن الأسئلة الآتية:

1- ما مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

2- ما مستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

3- ما هي العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

4- هل تختلف الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محفظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل والجنس.

5- هل تختلف الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل والجنس.

6- هل تختلف العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية ومستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي.

3.1 أهداف الدراسة وأهميتها

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف إلى مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين ومستوى دافعيتهم للعمل الإرشادي في المدارس الحكومية في محافظة الكرك، كما وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

وتتمثل أهمية الدراسة في عدة مبررات نظرية وعملية وهي ما يلي:

الأهمية النظرية:

1- تكتسب الدراسة أهميتها من أهمية المرشد التربوي ودوره في العملية التربوية بشكل عام، والعملية الإرشادية بشكل خاص.

2-التعرف إلى مستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

3- التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

الأهمية العملية:

وتأتي الأهمية العملية من أن نتائج هذه الدراسة سوف تقدم الآتي:

1. تحديد مهام المرشد التربوي وتوفير المناخ الجيد له والذي من شأنه التخفيف من الضغوط النفسية التي ممكن أن تعترضه.
2. إفادة المسؤولين في وزارة التربية والتعليم بصفة عامة وقسم الإرشاد التربوي بصفة خاصة لان نتائج هذه الدراسة سوف تلقي الضوء على مستوى الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين وتوضح طبيعة العلاقة بينهما.
3. تلفت نظر المسؤولين في وزارة التربية والتعليم إلى ضرورة رسم السياسات الكفيلة للتخفيف من الضغوط النفسية وآثارها مما يترتب عليه تحسين أداء المرشدين التربويين في العمل الإرشادي.

4.1 مصطلحات الدراسة

الضغوط النفسية:

يعرفها عبد الله (2001: 115) بأنها حالة من التوتر النفسي الشديد يحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد وتحدث عنده حالة من اختلال التوازن والاضطراب في السلوك.

وتعَّرف **إجرائياً** بأنها الدرجة التي يحصل عليها المرشدين التربويين على استجابة فقرات مقياس الضغوط النفسية المعد لأغراض هذه الدراسة

الدافعية:

هي مجموعة الحالة الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد لسد نقص ما، أو حاجة معينة سواء كانت نفسية، أو بيولوجية، أو اجتماعية (قطامي، 2005: 102).

وتعرف **إجرائياً** بأنها الدرجة التي يحصل عليها المرشدين التربويين على استجابة فقرات مقياس الدافعية نحو العمل المعد لأغراض هذه الدراسة.

المرشد التربوي:

يعرفه السفاسفة (2005: 102) بأنه هو الشخص المؤهل المعد والمدرب للعمل في مجالات الإرشاد المختلفة: النمائي، والوقائي، والعلاجي، يقدم خدماته الإرشادية من خلال علاقة رسمية مهنية لمساعدة الطلبة في تحقيق أقصى مستويات النمو التي تسمح بها إمكاناتهم وفق تخطيط منظم.

ويعَّرف المرشد التربوي إجرائياً : بأنه هو أحد أعضاء الهيئة الإدارية المعين من قبل وزارة التربية والتعليم الأردنية في المدارس الحكومية ويقوم بوظيفة مرشد تربوي ويقدم خدماته الإرشادية للطلبة.

5.1 حدود الدراسة

1- حدود مكانية: المدارس الحكومية في محافظة الكرك.

2- حدود بشرية: المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك

3- حدود موضوعية: مقياس الضغوط النفسية ومقياس الدافعية نحو العمل

4- حدود زمانية: الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2015/2016

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

أولا: الضغوط النفسية (Psychological Stress)

تعد الضغوط النفسية إحدى الظواهر في حياة الإنسان تظهر في مواقف الحياة المختلفة، حيث أصبحت جزءاً من الحياة اليومية، مما يحتم علينا التعرف على أسبابها، وكيفية إدارتها والتخفيف من حدتها.

وتشير الإحصاءات العالمية أن (80%) من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية، وأن (50%) من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية، وأن (25%) من أفراد المجتمع يعانون شكلا من أشكال الضغوط النفسية (أبو أسعد والغرير، 2009).

فالضغوط هي حالة نفسية واجتماعية واسعة، تشير إلى إدراك الفرد لعدم قدرته على إحداث استجابة مناسبة للمواقف التي يواجهها في البيئة، ويشعر أنها تهدد أمنه وسلامته،وتسبب له ضغطاً وتوتراً ، فالضغوط بصفة عامة تنتج عن مثيرات خارجية تؤثر سلبياً على الوظائف العضوية لدى الكائن الحي (خليفة وعيسى، 2008).

وتعد الضغوط النفسية من أهم تحديات العصر الراهن الذي يشهد تطورات وتغيرات سريعة في جميع مجالات الحياة، وأصبحت الضغوط تشكل جزءاً من حياة الإنسان نظراً لكثرة التحديات والمواقف والأحداث أو الأفكار التي تفضي إلى الشعور بالتوتر ويدرك الفرد بأن المطالب المفروضة عليه تفوق قدراته وإمكاناته (دخان والحجار، 2006).

ويوصف العصر الحالي بأنّه عصر الضغوط والأزمات النفسية حيث يتعرض الأفراد في حياتهم إلى مواقف ضاغطة من مصادر عديدة منها بيئة العمل الضاغطة، والضغوطات الاجتماعية، ومؤثرات أخرى كالضغوط الأسرية، وأساليب الحياة، بالإضافة إلى ما يشهده العالم من ثورة علمية، وصناعية، وتكنولوجية، أدت إلى شيوع الضغوط لدى الأفراد (النوايسة، 2013).

ويرى كل من دخان والحجار (2006) أن الإنسان المعاصر يعيش في زمناً كثرت فيه وتعددت روافد الضغوط النفسية، وأمتاز هذا العصر بالتغير السريع والمتلاحق مما جعل الفرد يواجه الكثير من التحديات في طريق تحقيق أهدافه وتلبية احتياجاته وصولاً للتوافق الشخصي والاجتماعي.

وذكر بودجر (Bodger, 1999) أن الضغوط حقيقة مهمة في الحياة، وإذا لم نشعر في حياتنا بضغط قط، فإن حياتنا تكون مملة وبلا قيمة،فهي إما أن تكون حافزاً لنا للإنجاز، وإما أن تقضي علينا.

مفهوم الضغط النفسي:

الضغط (Stress) مشتق من الفعل اللاتيني(Stringer) الذي يعني : ضيق، شدة، ومنه أخذ الفعل الفرنسي(Trendier) بمعنى طوق ذراعيه وجسمه مؤديا إلى الاختناق الذي يسبب القلق (حسن والنجار، 2003).

ويشير المعجم " الوجيز إلى أن الأصل اللغوي لكلمة الضغط النفسي هو ضغطه ضغطاً عصره وزحمه، والكلام بالغ في إيجازه أي شدد وضغط، ويرجع سميث (Smith) المعنى الاشتقاقي للمصطلح إلى الأصل اللاتيني فكلمة (Stress) مشتقة من الكلمة اللاتينية (Stictus) وهي تعني الصرامة،وتدل ضمنياً على الشعور بالتوتر وإثارة الضيق والذي يرجع في أصله إلى الفعل (Stringer) والذي يعني يشد، ومعنى هذا أن الضغط يشير إلى مشاعر الضيق والقلق الداخلية أو القمع والاضطهاد والتي تدل ضمنياً على الحبس والقيد والظلم (حسن، 2006).

ويعدُّمفهوم الضغط النفسي من أكثر المفاهيم غموضاً ، وهناك صعوبة في تحديد تعريفه، ولهذا كثرت التعريفات؛ لاختلاف نظريات العلماء، ويعدُّ هانز سيلي(Selley) من أوائل من بحث في هذا الموضوع، حيث عرَّفه بأنه: "الاستجابة غير المحددة للجسم تجاه أي وظيفة تتطلب منه ذلك سواء كانت سبباً، أو نتيجة لظروف مؤلمة أو غير سارة"، وتشكّل الضغوط النفسية الأساس الرئيسي الذي تبنى عليه بقية الضغوط الأخرى، كالضغوط الاجتماعية، وضغوط العمل، والضغوط الاقتصادية، والأسرية، والعاطفية (أبو أسعد والغرير، 2009).

ويشار إلى الضغوط بأنها الصعوبات المتعددة التي لا يستطيع الفرد مواجهتها سواء في الحياة العامة، أو في مجال العمل، وتؤدي إلى تغيرات في التوازن النفسي، وحدوث خلل في تكيفه مع نفسه ومع البيئة المحيطة به (النعاس، 2008).

والضغط النفسي عبارة عن مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو المتطلبات البيئية، مثل التغيير في الأسرة، أو فقدان العمل، أو الرحيل والتي تضع الفرد تحت مسمى ضغط نفسي (عبيد، 2008).

تاريخ مصطلح الضغط النفسي:

لا يمكن دراسة أو فهم ظاهرة ما دون العودة إلى جذورها التاريخية،فالضغط مثلاً مفهوم مستعار من العلوم الفيزيائية إذ استخدمت هذه الكلمة في القرن (السابع عشر ميلادي) لتصف الشدة والصعوبات الهندسية، غير أن العديد من الدعم والتأييد لمفهوم الضغط استمر إلى غاية اليوم متأثراً بأعمال المهندس روبرت هووك (Hooke) أواخر القرن السابع عشر فقد كان مهتماً بتصميم الأبنية مثل الجسور التي تتحمل حمولة ثقيلة دون أن تنهار، ومن ثم أطلق على فكرة الحمولة بالعبء والإجهاد على البناء، وبذلك يكون الضغط هو استجابة النظام أو البناء للحمولة (حسن، 2006).

ويعتبر كانون(Canon) من أوائل الذين استخدموا مفهوم الضغط، وعرفه ب" رد الفعل العسكري" أو "رد فعل الطوارئ"، وكشفت أبحاثه عن وجود آلية أو ميكانيزم في جسم الإنسان تعمل على الاحتفاظ" بالاتزان الحيوي" للجسم في حالة تعرضه لمصادر الضغط، وأن أي مطلب من شأنه أن يخل بهذا التوازن سيشكل ضغطاً على الجسم، ويؤدي لمشكلات صحية لدى الفرد (عسكر، 2003).

ومن ابرز الذين تحدثوا أيضاً عن الضغط النفسي العالم الفيزيولوجي الكندي (سيلي) عندما درس أثر التغيرات الجسدية والانفعالية غير السارة الناتجة عن الضعف، والإحباط والإجهاد، وأهتم كذلك أيضا في القرن(العشرين)، بالأعراض العامة للمرض(General Adaptation Syndrome)، وذلك من خلال ملاحظته للمصابين بأمراض مختلفة، وهذه الأعراض التي لاحظها رأى بأنها تظهر بسبب التعرض لعوامل مختلفة مؤذية، وتستجيب للضغوط الأعضاء الضعيفة من الجسم، فهي التي تكون مستهدفة بشكل أسرع من غيرها

للمرض، مما يفسر التأثير النوعي للضغوط على حدوث أمراض دون أخرى (أبو أسعد والغرير، 2009).

تعريف الضغوط النفسية:

يشار إلى الضغوط بأنها تلك الظروف المرتبطة بالضغط والتوتر، والشدة الناتجة عن المتطلبات، والتي تستلزم نوعاً من إعادة التوافق معها، وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية، وقد تنتج كذلك من الصراع، والإحباط، والحرمان، والقلق (عثمان، 2001: 96).

ويعرفها لازاروس وكوهين (Lazarus & Cohen) على أنها: الأحداث التي تتحدى الفرد وتتطلب التكيف الفسيولوجي، أو المعرفي، أو السلوكي (يوسف، 2004: 17).

كما وعرفتها فونتانا (Fontana) على أنها حالة تنتج عندما تزيد المطالب الخارجية عن القدرات والإمكانات الشخصية للكائن الحي (محمد، 2005: 18).

أما جرينبيرغ و بارون (Greenberg & Baron) فيعرفان الضغوط النفسية على أنها نوع من الحالات الوجدانية وردود الأفعال الفسيولوجية التي تحدث في مواقف معينة، حين يشعر الأفراد أنهم غير قادرين على تحقيق أهداف المنظمة (حسين وحسين، 2006: 22).

أما سينير(Sayiner,2006: 24) فيرى أن الضغوط هي تجارب عاطفية، سلبية، مصحوبة بتغيرات فسيولوجية، وإدراكية، وسلوكية يمكن التنبؤ بها.

ووضح كفافي (2006: 161) الضغوط بأنها حالة من الإجهاد النفسي والمشقة التي تلقي على الفرد بمطالب وأعباء عليه أن يتوافق معها.

والضغوط حالة تؤثر في الجوانب الانفعالية للفرد وفي عملية تفكيره، وهذه الحالة تؤثر على نحو سلبي في تفكير الأفراد وفي سلوكياتهم وفي حالتهم الصحية (أحمد، 2007: 20).

كما وعرَّفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي الضغوط "بأنها عبارة عن أعباء زائدة تثقل كاهل الفرد نتيجة مروره بخبره صادمه تتمثل في وقوعه فريسة لمرضٍ مزمن، أو فقدانه لوظيفة، أو دخوله في حالة صراع حاد لأدائه في أدواره المختلفة، أو الدخول في

مشاكل حادة تتصل بحياته الأسرية الزوجية، وأن عجز الفرد عن مواجهة مثل هذه الأحداث يدخل الفرد في حالة من الارتباك والاضطرابات (غانم، 2008: 343).

وتعرف الضغوط بأنها تلك الصعوبات التي يتعرض لها الكائن البشري بحكم الخبرة والتي تنجم عن إدراكه للتهديدات التي تواجهه (أبو أسعد والغرير، 2009: 22).

كما وعرفتها البيرقدار (2011: 31) بأنها حالة من الإجهاد الجسمي، أو العقلي التي تحدث تغيرات سريعة في الجهاز العصبي المستقل، والتي تضع الفرد بظروف تحاول إجباره على التصرف بشكل يرضاه أو لا يرضاه، ويكون الضغط صادراً عن داخل الفرد أو عن البيئة.

ومن خلال استعراض التعريفات السابقة للضغوط النفسية تعرف الضغوط بأنها الاستجابة الناتجة عن ظرف، أو عمل، أو حدث خارجي، يصنع متطلبات خاصة بدنية ونفسية على الشخص، تعيق من تكيفه مع المحيط الداخلي والمحيط الخارجي.

ومن خلال تفحص مختلف التعاريف المفسرة للضغط النفسي، نجد أن هنالك ميل مشترك لاعتبار الضغط ظاهرة معقدة تتكون من(3) عناصر مترابطة ببعضها البعض ولا يمكن فهمها إلا من خلال تناول عناصرها وهي على النحو التالي:

1- المثير(القوى الضاغطة أو المجهدات): تنشأ العوامل المثيرة للضغط والتوتر من المكونات الثلاثة للمجال الحيوي للفرد بحيث أن (المجال الحيوي_ الشخص+ البيئة النفسية+ العالم الخارجي.

2- التفاعل: ويكون بين العوامل المثيرة سواء كانت داخلية أو خارجية والاستجابة لها ويتضمن هذا التفاعل إدراك الفرد وتقييمه للقوى الضاغطة من حيث طبيعتها وآثارها وقدرته على التعامل معها.

3-الاستجابة: هي ردود الفعل النفسية، أو الجسمية، أو السلوكية اتجاه الضغط، ويكثر ظهور استجابتان هما الإحباط، والقلق، وترتبط الاستجابة للضواغط بطبيعة إدراك وتقييم الفرد لها.

إن كيفية استجابة الجسم للضغط وصفها سيلي بعبارة التناذر العام للتكيف(G A S)، وهي استجابة متسلسلة تتم وفق ثلاث مراحل وهي على النحو التالي (كامل،2004).

1- مرحلة الإنذار بالخطر (Stage of alarm reaction)

وتتمثل هذه المرحلة في رد الفعل الأول للموقف الضاغط، عندما يدرك الفرد التهديد الذي يواجهه عن طريق الحواس التي تنتقل منها إشارات عصبية إلى الدماغ وتحديداُ الغدة النخامية.

وفي هذه المرحلة يؤدي الضغط إلى تنشيط ميكانيزمات التكيف، فعند مواجهة أي خطر فإن الجهاز العصبي يرسل مباشرةً إشارة إلى الدماغ ينذره بوجود حالة طوارئ، وهذا يؤدي إلى أن جميع أجزاء الجسم المختلفة ووظائفها تتسق معاً لمكافحة هذا الخطر ومقاومته،أو الفرار بعيداً عنه، كما يتم في هذه المرحلة إفراز مادة الأدرينالين التي تنشط عمل القلب، وتمكن الجسم من الحصول على المزيد من الطاقة، ويظهر ذلك من خلال تعبيرات الوجه التي تعبر عن الخوف أو التوتر (Mcshane,2006).

2- مرحلة المقاومة (Stage of Resistance)

وفيها ترتفع قدرة الشخص على مواكبة مصادر الضغوط إلى فوق الحالة الطبيعية في مرحلة المقاومة، وذلك لأن الجسم يزيد من تنشيط مختلف آليات الدفاع الكيميائية، والحيوية، والنفسية، والسلوكية، حيث يكون مستوى الأدرينالين في الجسم أعلى من المستوى العادي خلال هذه المرحلة،والذي يعطي للجسم مزيداً من الطاقة للتغلب على مصدر الإجهاد وإزالته، مما يؤدي إلى زيادة توتر العضلات، ونقص فاعلية جهاز المناعة، وتتراجع تقريبا معظم التغيرات التي حلت في المرحلة الأولى (Sawyer,2005)..

3- مرحلة الاستنزاف (Stage of exhaustion)

وفي هذه المرحلة يؤدي الضغط إلى إنهاك آليات التكيف من خلال الاستخدام الزائد والمستمر لها، وتبدأ مستويات الكورتيزون العالية في إنتاج آثاراً سلبية، حيث تضعف مقاومة الجسم للأمراض والصدمات،وقد ينهار الكائن الحي تماماً .

وتتميز هذه المرحلة بفشل الوسائل الدفاعية للجسم فتظهر علامات الإعياء تدريجياً ، وتتوقف قدرة الفرد على التوافق، ويضعف الفرد بشكل عام بسبب التوقف التدريجي لإنتاج الطاقة من طرف الجهاز العصبي السمبثاوي (كامل، 2004).

وهناك أسباب للضغوط النفسية وهي كثيرة ومتعددة ويصعب حصرها أحياناً ، لأنه ما يعتبر مسبباً للضغط النفسي بالنسبة لشخص قد لا يعتبر كذلك بالنسبة لشخص آخر، لذا سوف يتم التطرق إلى أكثر الأسباب عمومية وهي كما يلي (أبو أسعد والغرير، 2009).

1-أسباب بيئة مادية:

وهي تأخذ البيئة بمفهومها الشامل وما يتبع ذلك من عوامل تؤثر في الإنسان كالمناخ، والهواء، والأرض، وما يهمنا في هذه العوامل هو ما يحرك جسم الإنسان للقيام باستجابات حتى يتوافق مع المحيط، وهذه العوامل تتغير بتغير الزمان والمكان من الفصول الأربعة، ففي الشتاء يقوم الجسم بإيجاد استجابات مختلفة عن الاستجابات التي يقوم بها في فصل الصيف،وكثيراً ما تخلق حالات البرد الشديد أو الحر الشديد الأذى ببعض الأفراد الذين لا يستطيعون التوافق مع التغيرات، وتشكل هذه التغيرات في الجو عوامل ضاغطة تستدعي استجابات تكيفيه.

2- أسباب اجتماعية:

أن ضغوط البيئة الاجتماعية تؤثر في تشكيل ونمو شخصية الفرد، وإذا فشل الفرد في مقابلة هذه الضغوط فأن ذلك يؤدي إلى سوء التوافق النفسي، والاجتماعي، والشخصي، وتتضمن الضغوط الاجتماعية كل الحالات النفسية، والانفعالية التي تنتج عن علاقة الشخص بالآخرين في إطار الحياة الاجتماعية العامة، أو في إطار المؤسسات الاجتماعية التي ينتمي إليها.

3- الأسباب النفسية والانفعالية:

الانفعال في درجة معقولة يحمي الإنسان من الخطر ويعبئ طاقته للعمل، لكن في حالات كثيرة قد تتحول الانفعالات إلى مصدر من مصادر الاضطراب في الحياة النفسية والاجتماعية للفرد بما فيها وظائفه البدنية وما يرتبط بها من صحة أو مرض.

وهنالك أيضاً العديد من الأسباب التي تؤدي إلى شعور الفرد بالضغوط النفسية كالقلق، والتوتر، والتي ترتبط بأحداث أو ظروف مختلفة، وقد ذكر ساوير(Sawyer)، أن أهم مسببات الضغوط هي، ظروف الحياة الطبيعية مثل الظروف الصحية، والظروف الانفعالية، وظروف العمل، والأسرة، والشعور بالوحدة، والمرض، وأحداث معينة مثل

الخلافات، ووفاة أحد أفراد الأسرة، وفقدان المال، وفقدان الصداقة، وتغيير مكان السكن، وفقدان المكانة في العمل (Sawyer,2005).

وأكد بابو (Babu, 2008) على وجود أسباب كثيرة للضغط، والتي يمكن تصنيفها إلى الأسباب البدنية والعقلية، والشخصية والعائلية، والدينية، والروحية، لكنه ركز بشكل أساسي على الأسباب الطبيعية، أو المادية للضغوط، ورأى أن الضغوط النفسية تحدث عندما تزيد مطالب الفرد على قدرته وقدرة العوامل المحيطة على تلبية هذه المطالب.

وحدد ميلر (Miller) سببين للضغوط، وهي الأسباب الداخلية وتكون نابعة من المعتقدات والأفكار الخاطئة وهي افتراضات غير واقعية، والأسباب الخارجية وهي المواقف للضغوط مثل ضغوط القيم، والصراع بين العادات والتقاليد التي يتمسك بها الفرد وبين الواقع مما يسبب له ضغوط عالية، وتتحدد الضغوط بالموقف الذي يسبب الصراع بين القيم والمبادئ (النعاس، 2008).

وأوضح عسكر (1998) أن من ضمن العوامل المؤدية للضغوط النفسية عامل الإحباط وقد أشار إلى أربعة مصادر للضغوط وهي: الكثافة السكانية، والتمييز العنصري، والعوامل الاقتصادية، والاجتماعية.

وأظهر عبدا لله (2001) إن من أمثلة المواقف التي تؤدي إلى حدوث الضغط النفسي هي: العلاقات المضطربة، وغير المستقرة، وعدم الحصول على الراحة والاسترخاء، وكبت الحالات الانفعالية وعدم التعبير عنها وتراكمها، والفشل والإحباط.

وقد ينشأ الضغط من داخل الشخص نفسه نتيجة الأزمات التي يعيشها ويسمى ضغط داخلي، أو قد يكون ناتجاً عن ظروف خارجية مثل العمل، والعلاقات الشخصية مع الأصدقاء، أو شريك الحياة، أو موت عزيز، أو موقف صادم،ويسمى ضغطاً خارجياً (أبو أسعد والغرير، 2009).

وتتعدد الضغوط النفسية تبعاً لتعدد مدارس علم النفس، لذلك نجد عدة تصنيفات للضغوط النفسية. فقد أشار "سيلي" إلى نوعين من الضغوط النفسية حسب آثارها وهي:

1. الضغط النفسي الايجابي: وهذا النوع من الضغط يكون معتدلاً بحيث يؤدي إلى ردود أفعالاً ايجابية لدى الفرد مثل: الإنجاز، والفخر، والتغلب على التحديات، والتكيف والتوافق مع معطيات الواقع،ويجعل الفرد متفائلاً (شيخاني، 2003).

2. الضغط النفسي السلبي: فهو عبارة عن الضغوطات التي يواجهها الفرد في العائلة، أو العمل، أو في العلاقات الاجتماعية، وتؤثر هذه الضغوط سلباً على الحالة الجسدية، والنفسية، وتؤدي إلى عوارض مرتبطة بالضغط النفسي، كالصداع، وآلام المعدة، والظهر، والتشنجات العضلية، وعسر الهضم، والأرق، وارتفاع ضغط الدم (عبيد، 2008).

وميز أيضاً لازاروس وكوهن (Lazarus & Cohn) بين نوعين من الضغوط حسب مصدرها وهي:

1. الضغوط الخارجية: والتي تعني الأحداث الخارجية والمواقف المحيطة بالفرد، وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة.
2. الضغوط الداخلية: والتي تعني الأحداث التي تتكون نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي (أبو أسعد والغرير،2009).

وصنف أورنيلاس وكلاينر (Kleiner & Ornelas,2005) الضغوط من حيث المدة الزمنية إلى نوعين هما:

1. ضغوط مؤقتة: والتي تتكون نتيجة لحدث ضاغط لمرة واحدة، وغالباً ما يأتي وينتهي بسرعة مثل التعرض لمواجهة حادة مع شخص ما أو التعرض لحادث سيارة عنيف.
2. ضغوط مزمنة (طويلة الأجل): والتي تتكون نتيجة سلسلة مستمرة من أحداث ضاغطة مثل الشعور بالوحدة، وإنجاز مهمات صعبة.

ولقد قسم آبتر(Apter) الضغوط إلى نوعين من حيث شدة المثير هما:

1. ضغوط التوتر: وهي المشاعر التي تنشأ عندما يدرك الفرد أن دافعيته للقيام بعمل ما منخفضة،ومستوى المثير أصبح عالياً ، وهنا الفرد يحتاج إلى جهد اكبر.
2. ضغوط الجهد: ويعني أن الفرد يبذل جهداً اكبر للتقليل من ضغوط التوتر، فالعلاقة بين التوتر والجهد ايجابية فكلما زاد التوتر زاد الجهد للتغلب عليه، كما أن ضغوط الجهد تحدث أحياناً في غياب ضغوط التوتر، كنتيجة للضغوط التي تؤدي إلى ضغوط التوتر،مثال ذلك الشخص ذي المسؤولية الكثيرة ربما يبذل جهداً أكبر

لانجاز المهام الضرورية لكي يتجنب مشاعر التوتر والقلق (خليفة وعيسى، 2008).

أما عبيد(2008) فقد قسم الضغوط من حيث موضوعها إلى ما يلي:

1. الضغوط الانفعالية والنفسية (قلق، اكتئاب، مخاوف مرضية)
2. الضغوط الأسرية بما فيها (الصراعات الأسرية، والانفصال، والطلاق، وتربية الأطفال)
3. الضغوط الاجتماعية (التفاعل مع الآخرين، وكثرة اللقاءات أو قلتها).
4. ضغوط العمل: (كالصراعات مع الرؤساء، وضغوط الانتقال كالسفر، والهجرة، والإساءة في استخدام العقاقير والكحول).

وتقسم الضغوط أيضا من حيث شدتها إلى ما يلي:

1. الضغوط العنيفة: ويشار إليها بالضغط الزائد الذي ينتج عن تراكم الأحداث السلبية للضغط النفسي المنخفض بحيث تتجاوز إمكانات وقدرات الفرد على التكيف ويصعب تجاهلها نظراً لما تفرضه من تهديدات وهي طويلة الأمد(حسين وحسين، 2006).
2. الضغوط العادية المنخفضة: وهي تحدث عند الشعور بالملل وانعدام التحدي والشعور بإثارة، كما وتتعلق بالمواقف اليومية الناتجة عن مختلف التفاعلات كالضغوط الناتجة عن كثرة الغياب وتوزيع الحصص على المدرسين(أبو أسعد والغرير، 2009).
3. الضغوط المتوسطة: كالضغوط الناتجة عن الجدول الدراسي، وتوزيع الأنشطة التربوية، واستقبال الطلبة الجدد في بداية العام الدراسي (حسين وحسين، 2006).

أما يوسف (2007) فقد قسم الضغوط النفسية من حيث شمولها إلى نوعين:

1. ضغوط عامة:يتأثر بها عدد كبير من الناس كالأحداث المزلزلة مثلاً.
2. ضغوط خاصة: تؤثر على فرد واحد أو عدد محدود من الأفراد كحوادث الطرقات، أو أحداث الحياة اليومية.

وعندما يفشل الفرد في التحكم بالمصادر التي تسبب له ضيقاً أو إزعاجاً فإنه يمر بخبرة أو حالة تعرف بالمواجهة أو الهرب، ومع استمرار المصادر المسببة للضغط تظهر

الأعراض، ويجدر التنبيه إلى أن الأعراض المختلفة لا تظهر جميعها في وقت واحد ولا على جميع الأشخاص، فلكل واحد نقطة ضعف وإمكانات خاصة به، ويدرك الموقف بطريقة تختلف عن الآخر (عسكر، 2003).

وتتمثل الأعراض الناجمة عن الضغوط بما يلي (عثمان، 2013).

1- **أعراض جسدية** (physic logical Effect): تتمثل في صداع، تضييق وجفاف في الحلق، شد الفكين، الم في الصدر، خفقان في القلب، ألم في العضلات وخاصة الرقبة والأكتاف، قصر النفس، ارتفاع ضغط الدم، عسر الهضم ، الإمساك، زيادة في التعرق... الخ.

2- **أعراض نفسية** (Physiological Effect) : يشعر الفرد بالقلق، والتوتر، والاكتئاب، وانخفاض الميل نحو العمل، تقدير ذات متدني.

3- **أعراض سلوكية** (Behavior Effect) تشمل اللعثمة في الكلام، مماطلة، انعزال، تجنب المسؤولية وآثارها، أداء سيئ في العمل، عناية سيئة في الصحة

4- الأعراض المعرفية (Cognitive Effect): وتشمل فقدان التركيز،وانحطاطاً في قوة الذاكرة، صعوبة اتخاذ القرارات، نوبات هلع، تشويش التفكير والارتباك، استحواذ فكرة واحدة على الفرد، انخفاض في الإنتاج أو دافعية منخفضة، وتزايد عدد الأخطاء.

5- أعراض خاصة بالعلاقات الشخصية:

تتمثل بعدم الثقة بالآخرين، لوم الغير، التهكم والسخرية، تصيد أخطاء الآخرين، نسيان المواعيد أو إلغائها قبل فترة وجيزة، تبني سلوك واتجاه دفاعي مع الآخرين.

النظريات المفسرة للضغوط:

يوجد عدة تفسيرات ونظريات متعددة لدراسة موضوع الضغوط النفسية، وهذا يدل على تعقيد هذه الظاهرة وأهميتها، وسوف يتم عرض أهم النظريات التي قامت بدراسة الضغوط النفسية وهي على النحو التالي:

1- نظرية النسق الفكري لسيلي (Selye)

أهتم "سيلي" بدراسة استجابات الجسم الفسيولوجية الناتجة عن الضواغط (Stressors)، وقد أجرى أبحاثه على الحيوانات، ويتألف النسق الفكري لنظريته على فرضية

أن الضغط متغير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويصفه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، ويعتقد أنه يمكن الاستدلال من استجابات الكائن الحي أنه بالفعل يقع تحت موقف ضاغط وتعتبر الاستجابة ضغطاً فعلاً ويعتبر حدوثها مصحوب بأعراض تمثل بالفعل حدوث ضغط (الرشيدي، 1999).

ويعتبر "سيلي" أول من قدّم هذه النظرية عام(1956)، وتم إعادة صياغتها مرة أخرى عام(1976)، ويعتبر الأب الحقيقي لنظرية الضغط النفسي الحديثة، ويؤمن بأن درجة معتدلة، أو متوسطة من الضغط النفسي تؤدي إلى اضطراب التوازن الجسمي، وقد أطلق على هذه النظرية بعد إعادة صياغتها متلازمة التكيف العام(General Adaptation Syndrome)، ويؤكد بأن التعرض المستمر للضغوط يؤدي إلى تأثيرات سالبة على حياة الفرد (أبو أسعد والغرير، 2009).

وزملة أعراض التكيف العام(G A S) الذي قدمه (سيلي) تتلخص في الدفاعات الهرمونية التي يقوم بها الجسم عند تعرضه للضغط، وذلك من خلال الجهاز العصبي اللاإرادي، والتي يحدث لها نوع من سوء التعويض الفسيولوجي للنظام الهرموني الرابط بين الغدة النخامية في المخ، والغدة الكظرية (فوق الكلوية)، وذلك عند التعرض لموقف ضاغط، وهي بمثابة ميكانيزم دفاعي لدى الجسم لمواجهة المثيرات التي تهدد الاتزان (حسين وحسين، 2006).

وقد حدد سيلي ثلاث مراحل للتكيف العام وهي مرحلة التنبيه، ومرحلة المقاومة، ومرحلة الإجهاد (النوايسة، 2013).

ويعتبر سيلي أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية، وهدفها المحافظة على الكيان والحياة (عثمان، 2001).

2-نظرية القلق لسبيليرجر(Spielerger Theory):

تعد نظرية سبيليرجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم الضغوط عنده، ويميز سبيليرجر بين مفهوم الضغط، ومفهوم القلق، فالقلق عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغط، وتبدأ هذه العملية بواسطة مثير خارجي ضاغط (الرشيدي، 1999).

كما ويميز بين مفهوم الضغط، ومفهوم التهديد، فكلمة ضغط تشير إلى الاختلافات في الظروف البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف، وكان لنظرية سبيليرجر قيمة خاصة في فهم طبيعة القلق واستفادت منها الكثير من الدراسات (عثمان، 2001).

ترتكز هذه النظرية على المتغيرات المتعلقة بالمواقف الضاغطة، وإدراك الفرد لها، حيث أن الضغط يبدأ بمثير يهدد حياة الفرد، وإدراك الفرد لهذا المثير، أو التهديد ورد الفعل النفسي المرتبط بالمثير، وبذلك يرتبط رد الفعل على شدة المثير، ومدى إدراك الفرد له (النعاس، 2008).

فالفرد يقدر الظروف الضاغطة التي استثارت حالة القلق لديه ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط(كبت، إنكار، إسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهروب من الموقف الضاغط (الرشيدي، 1999).

3-نظرية لازاروس(Lazarus) للتقدير والتقييم المعرفي:

قدم هذه النظرية لازاروس عام (1970) وظهرت نتيجة الاهتمام الكبير بعملية الإدراك والعلاج الحسي الإدراكي، والتقدير المعرفي هو مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة الفرد، حيث أن التقدير للتهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف ولكنه رابطه بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط (عثمان، 2001).

ويعتمد تقييم الفرد للموقف على أنه ضاغط على عدة عوامل منها: العوامل الشخصية، والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، والعوامل المتصلة بالموقف نفسه، وتعّرف هذه النظرية الضغوط بأنها تنشأ عندما يوجد تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين، المرحلة الأولى الخاصة بتحديد ومعرفة أن بعض الأحداث في حد ذاتها شيء مسبب للضغوط، أما المرحلة الثانية وفيها تحدد الطرق التي تصلح للتغلب على المشكلات التي تظهر بالموقف (الرشيدي، 1999).

وأشار "لازاروس" إلى أن البيئة تؤثر في الشخص، والشخص بدوره يؤثر في البيئة بطريقة تبادلية، ويوجد ثلاث مكونات للضغط حسب هذه النظرية وهي: الموقف الضاغط

أو المطالب، والتقييم المعرفي للموقف، والمصادر المدركة لدى الفرد في مواجهة المطالب، حيث تحدث الضغوط عندما تزداد المطالب البيئية على قدرات الفرد على المواجهة (عبيد، 2008).

ويرى لازاروس أن تفسير الحدث الضاغط يركز على عمليتين أساسيتين هما: التقييم الأولي والتقييم الثانوي، فالتقييم الأولي يشير إلى عملية تقييم الفرد للموقف وطريقة إدراكه له فهل الموقف خطير ومهدد للفرد أم لا، وعملية التقييم الأولي تتأثر بالعوامل الشخصية للفرد مثل الاعتقادات، والعوامل الموقفية، وتشير عملية التقييم الثانوي إلى ما يمتلكه الفرد من مصادر للتعامل مع الحدث الضاغط، أما مصادر المواجهة فتنقسم إلى نوعين هما: مصادر شخصية تتعلق بالخصائص الشخصية والمعرفية للفرد، ومصادر بيئية تتعلق بجوانب البيئة الاجتماعية والمادية (أبو أسعد والغرير، 2009).

4-**نظرية العوامل الاجتماعية** (Social Factors Of Stress)

ترى هذه النظرية في تفسيرها للضغط بأن الضغط يكون نتيجة الاختلال بين الفرد والبيئة التي يوجد فيها، أي أن الضغط ينتج من سوء التوافق بين الفرد والبيئة، وينتج سوء التوافق أو حسن التوافق من جانبين أساسين هما: مدى الانسجام بين قدرات الفرد ومهاراته الشخصية مع المطالب المطروحة، ومدى الإشباع الفعلي للحاجات والتوقعات التي يطمح إليها الفرد (النعاس، 2008).

وتربط هذه النظرية بين إدراك الفرد لإحدى المهام وإدراكه لقدراته على إكمال تلك المهمة، وما لديه من حافز على إكمالها، وتفترض بأن الشعور بالضغوط النفسية يزداد عندما تتسع الفجوة بين الفرد والبيئة، وبالتالي فمقدار الضغط يتفاوت بحسب مستوى التحدي الذي يواجهه الفرد ومقدار إمكاناته للتكيف (النوايسة، 2013).

5- النظرية المعرفية (Cognitive Theory)

تفترض هذه النظرية بأن تفكير الفرد هو المسؤول عن انفعالاته، وسلوكه، وأن الإرشاد المعرفي وتنظيم الاستراتيجيات تعيد تشكيل الأفكار التي أدت إلى أخطاء معرفية و انفعالية (أبو أسعد والغرير، 2009)

وترى هذه النظرية بأن الفرد وبيئته يتعايشان معاً في إطار علاقة ديناميكية، وترى النظرية المعرفية أن الضغوط تشير إلى الحالة النفسية، والعاطفية، التي يتم تمثيلها داخل

الفرد، وترتكز هذه النظرية على دور التفاعل والتداخل بين العوامل المتعلقة بالظاهرة باعتبارها مؤثراً ، وكذلك العمليات العقلية والمعرفية التي يستخدمها الفرد للفهم، والتحكم في المؤثر المهدد لكيانه، ومن ثمة تحديده لأساليب المقاومة التي بإمكانه استخدامها لمواجهته .(Mark,&Smith,2008)

وقدم هذه النظرية العالم بيك (Beck)، وركز فيها على ثلاثة مستويات من المعرفة، المستوى الأول يشمل الأفكار الأوتوماتيكية، ويطلق عليه الحوار الداخلي، أو الحديث الذاتي(Self Talk)، وإذا كانت هذه الأفكار سلبية فأنها تكون مسببة للضغط، أما في المستوى الثاني تأتي العمليات المعرفية وتشمل تفاعل الفرد مع المثير، والمستوى الثالث يشير إلى التركيبات المعرفية أو المخططات، وهي معرفة وخبرات يكتسبها الفرد أثناء نموه، حيث يفسر (بيك)، الضغط النفسي على انه ناتج من اضطراب المعرفة الذي تؤدي إلى إدراك مشوش للمشكلات،ووفقاً لبيك فأن الحدث لا يفسر نفسه، وإنما الشخص الذي يتولى إدراك وتفسير الحدث من خلال منطقه وعالمه الخاص (عطية،2010).

وتركز النظرية المعرفية على أهمية التفكير في التعامل مع الضغط النفسي، وتستند المدرسة المعرفية في تفسير الاستجابة للضغط النفسي على الفكرة التي يحملها الفرد، وفي درجة تفسيره للحدث والموقف (عثمان، 2001).

6- نظرية والتر كانون(Walter Canon):

يرى كانون أن الضغط هو رد فعل عند الشعور بالخوف، وأن المخاوف الجسدية والنفسية ينتج عنها ردود فعل عاطفية ترافقها استجابات نفسية حركية وتحديد إثارة الجهاز السمبثاوي، والذي بدوره يزيد من معدل التنفس، وضربات القلب، وارتفاع ضغط الدم، واتساع حدقة العين، كما ويرتفع معدل السكر في الدم، وأن ردود الفعل هذه تجعل الإنسان على استعداد دائم للقتال أو الهروب كاستجابة للخوف (أبو أسعد والغرير، 2009).

وتعتبر نظرية كانون من أوائل النظريات التي حاولت تفسير الضغوط، وكانون هو أستاذاً للفسيولوجيا في جامعة هارفارد، وكان أول من استخدم مصطلح التوازن(homeostasis)، لتفسير كيفية استجابة الكائن الحي للضغوط،ووفقاً لكانون فإن جسم الإنسان يمتلك آليات داخلية للحفاظ على استقرار أداء الجسد وللحفاظ على توازنه، فعندما يواجه الكائن الحي تحديات من البيئة من حوله، فإن الجسم يقوم بالاستجابة لهذه

التحديات من خلال تعديل أنظمته الفسيولوجية المعروفة " بالدفاع أو الهروب(Fight Or Flight)، وقد ركز كانون في أعماله على الجانب النفسي من أنشطة الجسم العادية، كالأكل، والشرب، والنشاط البدني، وحاول تفسير الضغوط من خلال استجابة الكائن الحي للمثيرات البيئية (Davidyan,2008).

7-نظرية موراي(Murray):

عرّف موراي الضغط بأنه خاصية حيث ارتبط موضوع الضغوط عند موراي بالحاجة لموضوع بيئي، أو لشخص، تيسر وتسهل وصول الفرد، أو تعوق وصوله إلى تحقيق هدف معين، وترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجاته، واستطاع (موراي) أن يميز بين نمطين من الضغوط وهما: ضغط بيتا (Beta) وهي دلالات الموضوعات البيئية، كما يدركها الفرد، وضغط إلفا (Alpha) وهي خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع أو كما يظهرها البحث الموضوعي (الرشيدي، 1999).

وأوضح (موراي) أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول، ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة معينة، ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة، أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشطة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم ألفا (عثمان، 2001).

8- **نموذج أليس**(Elise) **العقلاني الانفعالي:**

يرى أليس أن الظروف الضاغطة التي يعيشها الفرد لا توجد في ذاتها، وإنما تتوقف على الطريقة التي يدرك بها الفرد الظروف، وعلى نسق الاعتقادات اللاعقلانية التي يكونها الفرد عن هذه الظروف، والإحداث الضاغطة (عبيد، 2008).

حيث تقوم هذه النظرية على افتراض إن الناس يولدون ولديهم نزعة فطرية لأن يكونوا غير عقلانيين، وأن الناس عرضة للمشاعر السلبية، وإن ما يسبب معاناتهم ليست أحداث الحياة الضاغطة، بل كيفية تعاملهم مع تلك الأحداث، ومن هنا تنشأ الأمراض النفسية، ويمكن العلاج من خلال هذه النظرية عن طريق تغيير الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد عن طريق الإقناع العقلي (الشاعر، 2011).

9-إستراتيجية التحصين ضد الضغوط لميكينبوم (Meichenboum)

وصف (ميكينبوم) هذه الإستراتيجية بأنها أسلوب شامل يستخدم مهارات سلوكية ومعرفية، تؤدي إلى تحسين مستوى التكيف العام للفرد، وتتضمن هذه الإستراتيجية(المناقشة الحرة، والاسترخاء، إعادة البناء المعرفي، الحوار الداخلي، والتعزيز الذاتي والاجتماعي)، وهذه الإستراتيجية تشبه العملية البيولوجية ضد الأمراض العامة، وهي تقوم على أساس مقاومة الضغوط عن طريق برنامج يعلم الفرد كيف يواجه الضغوط أو يتعامل مع المواقف المتدرجة المسببة للضغوط، وهذا الأسلوب متعدد الأوجه نظراً لما يحتاجه من مرونة في مواجهة المواقف المسببة للضغط (عبد العزيز، 2011).

ثانياً: الدافعية (Motivation)

مفهوم الدافعية:

يشار إلى مفهوم الدافعية في اللغة اللاتينية بكلمة (Movere)، وفي اللغة الانجليزية (Motive)، ويعني يحرك، وهو عبارة عن أي شي مادي أو مثالي يعمل على تحفيز وتوجيه الأداء والتصرفات، أي أن كلمة دافع مأخوذة من الفعل الثلاثي دفع، أي حرك الشيء من مكانه إلى مكان آخر، وفي اتجاه معين، فالذي يعمل على إظهار السلوك وتفعيله هو الدافع (بني يونس، 2006).

ويشير مصطلح الدافعية (Motivation) إلى مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من اجل إعادة التوازن الذي اختل، فالدافع بهذا يشير إلى نزعة للوصول إلى هدف معين وهذا الهدف قد يكون أرضاء حاجات داخلية، أو رغبات خارجية، أما الحاجة(Need)، فهي حالة تنشأ لدى الكائن الحي عند انحراف أو احد الشروط البيولوجية أو السيكولوجية اللازمة لحفظ بقاء الفرد عن الوضع المتزن والمستقر، ويؤدي إشباعها إلى استعادة توازن الفرد، وأما الهدف (Goal)، فهو ما يرغب الفرد في الحصول عليه ويشبع الدوافع بالوقت نفسه، وأما الحافز يشير إلى زيادة توتر الفرد نتيجة لوجود حاجة غير مشبعه، أو نتيجة للتغيير في ناحية عضوية عنده (عدس وقطامي، 2003).

وتعد الدافعية في حد ذاتها أمراً بالغ الأهمية بالنسبة لسلوك الإنسان، وكذلك تفسيره، فهي المحرك للسلوك، وهي الباعث عليه، وحولها تتمحور السببية للسلوك، بتشابكها وتفرعاتها المختلفة، ومن ثم فهي تمثل الأساس لأي دراسة من دراسات سلوك

الإنسان، باعتبارها أرضية تفسير السلوك وسقفه،فالدوافع تؤدي دوراً هاما للغاية في حياة الإنسان مهما تعددت صوره وتباينت أهدافه فأنه يدفع بواسطة قوة نفسية، أو فسيولوجية داخلية، أو خارجية حتى تصل به إلى تحقيق الهدف المنشود (الفرماوي، 2004).

والدافعية هي من أهم موضوعات علم النفس وذلك لمساهمتها في تفسير الكثير من المشكلات السلوكية التي تصدر عن الإنسان عندما يتبين لنا معرفة دوافعه، ويجمع معظم المتخصصين بالدراسات النفسية أن سبب النشاط الإنساني وتنوعه يعود بالدرجة الأولى إلى كثرة الدوافع، والاهتمامات لدى الإنسان، فتعدد مثل هذه الحاجات، أو الدوافع أو الرغبات، وتنوعها لدى الفرد يعمل على تنويع الأنماط، والخيارات السلوكية التي يقومون بها بغية تحقيق أهداف معينة، أو إشباع دوافع معينة (الزغول والهنداوي، 2002).

فالكائن الحي يبحث عن الطعام لحاجته إليه، وسلوك البحث عن الطعام سلوك مدفوع بدافع الجوع، ومحاولة الكائن الحي التخفيف من حالة التعب التي يواجهها هو سلوك مدفوع بالدافع إلى الراحة، وبحث الإنسان عن المعلومات والمعرفة هو سلوك مدفوع بالدافع إلى المعرفة والفهم (الفرماوي، 2004).

ومن هذا الجانب تعد الدافعية حالة داخلية نجدها عند كل الأفراد تؤدي هذه الحالة إلى استثارة سلوكهم، وتعمل على استمرار هذا السلوك، وتوجيهه نحو تحقيق هدف معين، وهي مفهوم عام لا يستثير حالة خاصة محددة وإنما يستدل عليه من سلوك الفرد في المواقف المختلفة (كوافحة، 2004).

وقد حظي موضوع الدافعية باهتمام بالغ من قبل الكتاب والباحثين للبحث في تعريفها، وذلك للأهمية الكبيرة للدافعية في سلوك الإنسان ومن أبرز هذه التعريفات ما يلي:

يعرفها كل من الكبيسي والداهري (2000: 14) بأنها مفهوم افتراضي يقوم على عمليات داخلية تتمثل بالرغبات، والميول، والاتجاهات لتفسير السلوك، أو أنها حالات داخلية تزيد من النشاط الموجه نحو تحقيق أهداف معينة.

كما وعرفها سين (Singh, 2001: 48) بأنها الرغبة التي تدفع الفرد إلى الأداء والتصرف بطريقة ما.

وتعرف الدافعية أيضاً بأنها العملية التي تتم بها إثارة الدوافع وتعيش السلوك أي تحديد نوعه واتجاهه ومضمونه، سواء أثيرت الدوافع نتيجة لمنبهات داخلية، فسيولوجية، أو نفسية أو خارجية كالبواعث (حنفي، 2002: 480).

كما وعرفها توق (2003: 201) بأنها عبارة عن الحالات الداخلية، أو الخارجية للفرد التي تحرك السلوك وتوجهه نحو تحقيق هدف معين، أو غرض معين وتحافظ على استمراره حتى يحقق الهدف.

والدافعية تعرف أيضاً بأنها درجة الحماس لدى الفرد، والتي توجه سلوكه في اتجاه معين وغالباً ما يكون في اتجاه حافز معين يحصل عليه لكي يشبع حاجة لديه (ماهر، 2003: 100).

وعرفها أتكسون (attekson) بأنها استعداد الكائن الحي لبذل أقصى جهد لديه من أجل هدف معين (غباري، 2008: 16).

ومن خلال استعراض التعريفات السابقة للدافعية تعرف بأنها حالة نفسية داخلية تعمل على تحريك وتوجيه السلوك الإنساني نحو تحقيق هدف أو غرض معين.

وقد أشارت مدارس علم النفس التي اهتمت بدراسة العملية التعليمية إلى أهمية الدوافع، وإن كل سلوك لا بد له من دافع يكمن وراءه، وتساعد دراسة الدوافع الإنسانية على التنبؤ بالسلوك الإنساني (رسلان، 2012).

ومن هنا تبرز الوظائف التي تقوم بها الدافعية وهي تتمثل بالاتي (الزغول والهنداوي، 2002).

1. توليد السلوك: فهي تعمل على تنشيط السلوك، وتحريكه لدى الأفراد من أجل إشباع حاجة، أو استجابة لتحقيق هدف معين، وهذا السلوك يعد مؤشراً على وجود دافعية لدى الأفراد.
2. توجيه سلوك الإنسان نحو وجهة معينة دون أخرى، ونحو تحقيق الأهداف المنشودة، بمعنى أن الدوافع تعمل على توجيه، وتركيز انتباه الفرد نحو مواقف معينة.
3. تحافظ على ديمومة واستمرارية السلوك: فالدافعية تعمل على مد السلوك بالطاقة اللازمة حتى يتم إشباع الدافع، أو تحقيق الغايات، والأهداف التي يسعى لها

الفرد، أي تجعل من الفرد مثابراً حتى يصل إلى درجة التوازن اللازمة لبقائه واستمراره. وأشار بني يونس (2006) إلى أن مفهوم الدافعية أكثر اتساعاً وشمولاً من مفهوم الدافع ويستخدم مفهوم الدافعية في علم النفس المعاصر في معنيين هما:

1- عبارة عن منظومة من العوامل المسببة للسلوك(وهنا تدخل مفاهيم كالحاجات والدوافع؛ والأهداف؛ والمقاصد؛ والطموحات...الخ)

2- المعنى الثاني يتضمن وصفا للعملية التي تعمل على استثارة ومساندة النشاط السلوكي في مستوى معين، فالدافعية هي جملة من الأسباب ذات الصبغة، أو الطابع السيكولوجي، والتي تفسر سلوك الإنسان من حيث بدايته، واتجاهاته، ونشاطه.

ونظراً لأهمية الدافعية في علم النفس التربوي بصورة خاصة وعلم النفس بصورة عامة، فقد وجد العديد من علماء النفس نظريات تفسر الدافعية ومن أبرز هذه النظريات ما يلي:

1- النظرية الإنسانية: (Humanistic Theory)

يعد ماسلو(Maslow)، صاحب هذه النظرية، ومؤسس الاتجاه الإنساني في علم النفس، حيث يعد هذا الاتجاه القوة الثالثة في علم النفس، إضافة إلى القوتين(المدرسة السلوكية، والمدرسة الفرويدية، وقد جاءت هذه النظرية بمثابة انتقاد لكل من المدرسة الفرويدية التي اعتبرت أصول السلوك بيولوجية تتمثل في غرائز الموت والحياة، والمدرسة السلوكية التي اعتبرت السلوك مدفوع بعوامل كالتعزيز، والحرمان، والحوافز، وتركز هذه النظرية على تأثر سلوك الإنسان وفقاً لمفهوم الحاجات أي أن وراء كل سلوك حاجة معينة (بني يونس، 2006).

ومن أهم المفاهيم التي تحدث عنها ماسلو ذلك المفهوم الذي اسماه تحقيق الذات(self actualization)، وتحدث ماسلوا عن الحاجات ورتبها بشكل هرمي، وبناءاً على هذه الحاجات فسر الدافعية، والحاجات هي: الحاجات الفسيولوجية، حاجات الأمن والسلامة، حاجات الحب والانتماء، حاجات التقدير والاحترام، الحاجة إلى تحقيق الذات، فلا يمكن للفرد أن يحقق أي حاجة دون تحقيق الحاجة التي قبلها بشكل مرتب (العتوم وعلاونه والجراح وأبو غزال، 2005).

ولقد أكد (ماسلو) على أن وضع الحاجات في تنظيم هرمي يعني أن الإشباع للحاجات يبدأ من القاعدة إلى القمة، وإن إشباع أي حاجة يبدأ حينما يتم إشباع ما قبلها، فالحاجات الأولية والفسيولوجية تشبع حاجة كبرى عند الإنسان، هي الحاجة إلى الوجود (Existence)، والحاجة إلى الحب والانتماء تشبع لديه الحاجة إلى الصلة والعلاقات(Relatedness)، أما الحاجة إلى تأكيد الذات وتحقيقها فيشبعان الحاجة إلى النمو (Growth)، وفي الحاجة الأولى قوة عالية وإلحاح منخفض، أما الحاجة إلى النمو فذات إلحاح مرتفع وقوة منخفضة (الفرماوي، 2004).

2- نظرية بيك (Beck) **المعرفية:** (Cognitive Theory):

تؤكد هذه النظرية على كيفية فهم وتوقع الأحداث من خلال الإدراك، أو التفكير، أو الحكم، مثلما هو الحال في تقدير الاحتمالات، أو في اختيار شي على أساس قيمة نسبية،فكل كائن حي لديه ذاكرة يكون قادراً على التعرف على بعض أشكال التشابه بين الماضي والحاضر،ومن ثم يكون قادراً على توقع النتائج الناتجة عن سلوكه (غباري وأبو شعيرة، 2009).

وطبقاً لهذه النظرية المعرفية ينتظم السلوك المدفوع الهادف، من خلال هذه المعارف التي تقوم على أساس الماضي في علاقته بالظروف الحالية، كما يشمل كذلك التوقعات الخاصة بالمستقبل (غباري، 2008).

وتعِّرف الدافعية حسب النظرية المعرفية على أنها حالة استثارة داخلية، تحرك الشخص من اجل استغلال أقصى طاقاته في أي موقف تعليمي، من اجل إشباع دوافعه للمعرفة، وتحقيق ذاته، وبهذا فان هذه النظرية تؤكد على المصادر الداخلية، والخارجية، والاهتمامات، والخطط، التي يسعى الأفراد إلى تحقيقها من خلال السلوكيات التي يقومون بها، وترى إن الأفراد لا يستجيبون للمثيرات الخارجية والداخلية على نحو تلقائي، بل في ضوء العمليات المعرفية (الريماوي، 2006).

3- نظرية فرويد (Frued) **للتحليل النفسي** (Psychoanalysis Theory):

تبدأ هذه النظرية بتعريف الدافعية على أنها حالة استثارة داخلية لاستغلال أقصى طاقات الفرد لإشباع حاجاته من المعرفة، وتعود هذه النظرية إلى فرويد"Freud" والذي

نادى بمفاهيم جديدة تختلف عن مفاهيم المدرسة السلوكية، والمعرفية، مثل الكبت، واللاشعور، والغريزة، لدى تفسير السلوك السوي وغير السوي (كوافحة، 2004).

وبهذا صور (فرويد) الدافعية باعتبارها قائمة أساساً على الطاقة المستثارة من حاجات فسيولوجية، ومعنى ذلك أن النشاط الإنساني كله، يفسر بناءً على الرغبات التي هي مظهر للاستثارة الجسمية التي يعبر عنها بالغرائز، وركز فرويد على دور الغرائز اللاشعورية في تحريك السلوك وبخاصة الدافع الجنسي، حيث أعطاه أهمية بالغة، فإذا لم يشبع هذا الدافع في مرحلة الطفولة المبكرة سيؤثر سلباً في تشكيل الشخصية لاحقاً (الفرماوي، 2004).

أما أنصار الاتجاه الفرويدي الجديد كالعالم فروم (Fromm) وغيره، فقد اعتبروا أن السلوك الإنساني هو نتاج ليس الغرائز اللاشعورية فقط، بل هو نتاج دوافع شعورية، وعوامل حضارية، وثقافية، وأن سلوك الإنسان ليس نتاج ماض بعيد كما في الطفولة المبكرة، بل أن الإنسان هو حاضر وماض قريب (بني يونس، 2006).

4- نظرية الحاجة هل (Hull):

ترى هذه النظرية أن قوة الدفع في الكائن الحي تنشأ عن وجود حاجة في داخل الكائن الحي،تسبب له توتراً واضطراباً ، فالجوع يرتبط بحاجة الكائن الحي إلى الطعام، ويتسبب في حالة اضطراب فسيولوجي وتوتر نفسي، فيدفع بالكائن الحي إلى سلوكيات معينة تتجه به إلى إشباع الحاجة، وخفض التوتر،والحاجة هنا تمثل حافزاً ، ذلك الذي في اختزاله يصل الكائن الحي إلى حالة التوازن (الفرماوي، 2004).

ويرى (هل) أن أي فعل يقوم به الكائن الحي تسبقه حاجة تدفع أو تحفز النشاط المرتبط به، والمثال التالي يوضح معادلة هل:(جهد الاستثارة= قوة العادة× الحافز×دافعية الباعث) ويشير جهد الاستثارة إلى ميل الكائن الحي إلى إصدار استجابة معينة (غباري، 2008).

وتتضمن حدود المعادلة في الجانب الأيسر منها على مفاهيم دافعية، فتشير(قوة العادة) إلى درجة تعلم الكائن الحي لاستجابة معينة، ومن ثم ترتبط قوة العادة بعدد المرات التي أصدر فيها الكائن استجابة ما وتلقى عليها تدعيماً ، كما أنها تقضي بوجود حافز لكي

يتم تقديم التدعيم المناسب، وتشير (دافعية الباعث) إلى حجم المكافأة المقدمة للكائن الحي ونوعها لمساعدته على إصدار الاستجابة.

ولا يمكن بحكم هذا المعنى أن يصدر الكائن الحي سلوكاً معيناً في غيبة الحافز، أو بمعنى آخر دون أن يكون مدفوعاً بحافز من الحوافز، ويتضمن التدعيم عند (هل) خفضاً في منبه الحافز، أو بمعنى آخر إعادة الكائن الحي إلى حالة التوازن (غباري وأبو شعيرة، 2009).

5- نظرية الغرائز مكدوجال (Macdougall):

تنطلق هذه النظرية من كون الغريزة هي المحرك للإنسان، والغريزة عبارة عن استعداد فطري لا يحتاج إلى تعلم، يدفع الكائن الحي إلى القيام بسلوك خاص في موقف معين، وقد وضع مكدوجال (14) غريزة تضاف إليها غرائز أخرى، ومن أهمها غريزة المقاتلة، والبحث عن الطعام، التملك، الجنس، الأبوة، الراحة، والنوم (أبو رياش و الصافي وعمور وشريف، 2006).

وقد أشار علماء النفس فيما بعد إلى أن الغرائز لا تفسر سلوك الإنسان بقدر تصنيفها للسلوك فقط، ووجدوا أيضاً أن هذه النظرية قد أهملت أثر التعلم، والثقافة في السلوك، وذلك على أساس أن ليس هنالك سلوك غريزي بحت دونما أثر للبيئة والتعلم فيه، ذلك على الرغم من أن(مكدوجال)، نفسه قد تطرق إلى فكرة تعديل الغرائز، حيث رأى أنه من الممكن تعديل الغريزة بحيث تظهر في صورة مختلفة عن صورتها الأصلية، وذلك نتيجة لأثر الذكاء وقدرة الإنسان على التكيف في المواقف الجديدة (الفرماوي، 2004).

ومن الخدمات المقدمة للطلبة في المدارس خدمة الإرشاد التربوي حيث تعدُّ مهنة الإرشاد التربوي مهنة متخصصة تقوم على أسس نفسية واجتماعية وفسيولوجية وأخلاقية، وهي عملية منهجية منظمة تسير وفق خطوات محددة وتتطلب إتقان وفهم نظريات الإرشاد والمقابلة واستخدام الاختبارات النفسية (أبو حماد، 2008).

وموضوع الإرشاد ليس بالجديد، فالإنسان منذ أن وجد على وجه هذه الأرض وهو بحاجة إلى من يقدم له العون والمساعدة والنصيحة، إلا أن الصبغة العلمية لهذا الموضوع لم تتوفر إلا في القرن العشرين، حيث كان التركيز منصباً على التوجيه المهني متمثلاً ذلك في معرفة قدرات الأفراد، وخصائص المهن، وعمل نوع من المواءمة بين خصائص

الأفراد، وقدراتهم، وميولهم، وبين خصائص المهن التي تناسب قدراتهم وإمكاناتهم (أي وضع الرجل المناسب في المكان المناسب)، وأما موضوع الإرشاد التربوي فقد ظهر بعد الخمسينات، إذ تزايدت المشكلات الشخصية والمهنية والأكاديمية بعد الحرب العالمية الثانية، وأصبح الإرشاد التربويجزءاً هاماً وفاعلاً في العملية التربوية (الضامن، 2015).

والإرشاد يسعى إلى مساعدة الفرد الذي يعاني من مشكلة نمائية، أو انفعالية، أو سلوكية عن طريق مرشد متخصص في مجال مساعدة الآخرين وتقديم الخدمات الإرشادية لهم في جو من الثقة، والتقبل، والاحترام المتبادل، ويهدف من خلال هذه المساعدة على تنمية الفرد في حدود ما تسمح لها قدرات الفرد، وتعريف الفرد بنفسه، وميوله، واتجاهاته، وعناصر القوى لديه وكذلك عناصر الضعف، وذلك من أجل تنمية عناصر القوى وإزالة جوانب الضعف لديه، بحيث يصبح فرداً قادراً على مواجهة مواقف الحياة الضاغطة بشجاعة وعزيمة (العاسمي، 2010).

ومن هنا تبرز أهم الخصائص التي يجب أن تتوافر عند المرشد التربوي وذلك من أجل أن يقوم بالعملية الإرشادية ويحقق أهدافها وهذه الخصائص تتمثل بما يلي:

1. وعيه لذاته وحساسيته للفوارق الثقافية وأن يحترم الآخرين ويبتعد عن إصدار الأحكام (الضامن، 2015).
2. يركز على قوى الفرد الكامنة و يعطي الفرد تقديراً لجهوده (مداح، وسيد مصطفى، 2010).
3. السرية والخصوصية وهي دليل احترام المرشد للمسترشد، وأن يكون هناك ثقة متبادلة وهذا يشعر المسترشد في الأمان على نفسه، وأسراره، والاسترخاء والاطمئنان، وأن يتوفر لدى المرشد بشاشة الوجه، وأن يكون لديه مهارات التعامل مع الآخرين، وحسن الإصغاء والاستماع وتركيز الانتباه وقلة الحديث من قبل المرشد ألا في خالات الضرورة (أبو حماد، 2008).
4. التحدث مع المسترشدين وفق مستوياتهم العمرية، ونضجهم الاجتماعي، وأن يساعد المرشد المسترشد على اكتشاف ذاته، ويصغى جيداً إلى المسترشد، ويساعد المعلمين والوالدين والمدراء على وضع خطة إرشادية علاجية أم وقائية (الضامن، 2015).

ويقوم المرشد بمساعدة الطالب لكي يفهم ذاته، ومعرفة قدراته، والتغلب على ما يواجهه من صعوبات، ليصل إلى تحقيق التوافق النفسي، والتربوي، والاجتماعي، والمهني، لبناء شخصية سوية في إطار التعاليم الإسلامية من خلال ما يلي:

1. تبصير المجتمع المدرسي بأهداف التوجيه والإرشاد، وخططه، وبرامجه، وخدماته، لضمان قيام كل عضو بمسؤولياته في تحقيق هذه الأهداف (البلادي، 2009).
2. القيام بعملية المسح الشامل للمشكلات النفسية، ودراسة الحالات غير الطبيعية كالانطواء والخجل (أبو حماد، 2008).
3. تنفيذ برامج التوجيه والإرشاد وخدماته الإنمائية، والوقائية، والعلاجية، والقيام بعمليتي الإرشاد الفردي، والجمعي، مستخدماً الأساليب العلمية، والفنية المدروسة، وذلك من أجل مساعدة الطالب في استغلال ما لديه من قدرات، واستعدادات إلى أقصى درجة ممكنة في تحقيق النمو السوي في شخصيته (الدنيش، 2003).
4. التعرف على ميول الطلبة واتجاهاتهم وقدراتهم، ومساعدة الطلبة في مواجهة مشكلات المراهقة، والعمل على رسم برامج عمل منظمة بالتعاون مع الإدارة (أبو حماد، 2008).
5. العمل على إيجاد ترابط وتفاهم قوي بين المنزل والمدرسة، وإيجاد علاقة اجتماعية سليمة بين الطلبة وبين العاملين في المدرسة (العاسمي، 2010).
6. مساعدة الطلبة على اختيار نوع الدراسة الحالية، أو المستقبلية، وجمع البيانات والمعلومات الكافية على الطالب وتنظيمها، وتحليلها (الضامن، 2015).

2.2 الدراسات السابقة

لقد تم الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة العربية والأجنبية حيث تم الاستعانة بالعديد من الدراسات السابقة والتي تناولت متغيرات الدراسة الحالية، وتم تقسيم هذه الدراسات حسب متغيراتها وهي الضغوط النفسية والدافعية، كما وتم عرضها بناءً على تاريخ إجرائها وهي من الأقدم إلى الأحدث، وسوف أتطرق بدايتاً إلى الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية عند المرشدين وبعد ذلك نتطرق إلى الدراسات التي بحثت في موضوع الدافعية.

الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية:

الدراسات العربية:

يوجد في هذا الجانب ابرز الدراسات العربية التي تحدثت عن الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين والدراسات التي تناولت أيضاً الضغوط عند متغيرات أخرى غير المرشدين وأبرز هذه الدراسات ما يلي:

دراسة الطوطو (2007) والتي هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى المرشدين النفسيين في دراسة ميدانية في (المؤسسات التعليمية في الجمهورية العربية السورية) وبلغت عينة الدراسة (336) مرشدا ومرشدة، استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس مصادر الضغوط النفسية، واستمارة المرشد النفسي من إعداد الباحث، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستويات الضغوط النفسية تمثلت، مرتفعة، متوسطة، ومنخفضة، وانه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المرشدين النفسيين على مقياس مصادر الضغوط النفسية لدى المرشدين النفسيين تعزى لمتغيرات العمر، والجنس، والحالة الاجتماعية.

وللوقوف على مستويات الضغوط النفسية التي تواجه الأخصائيين النفسين قام عبد القادر (2008) بدراسة عن الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمات النفسية في محافظات شمال فلسطين، هدف من خلالها إلى التعرف على درجة الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمات النفسية في فلسطين، وتحديد الفروق في الضغوط النفسية تبعاً لمتغيرات(الجنس، والعمر، والمسمى الوظيفي، والخبرة، ومكان العمل)، واستخدم الباحث في هذه الدراسة أداة لقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحث على عينه قوامها (154) أخصائي وأخصائية اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية، وكشفت نتائج الدراسة أن الضغوط النفسية لدى العاملين جاءت بدرجة متوسطة، كما وبينت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيرات(الجنس، العمر،المسمى الوظيفي، الخبرة، مكان العمل.

كما هدفت دراسة طشطوش ومزاهرة (2010) إلى التعرف على درجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي في محافظة عجلون، وتحديد الفروق في الضغوط النفسية تبعاً لبعض المتغيرات الديمغرافية كالجنس، والمؤهل العلمي،وسنوات الخبرة،

والحالة الاجتماعية، ومكان السكن، بلغت عينة الدراسة (61)مرشداً ومرشدة، استخدم في هذه الدراسة أداة قياس الضغط النفسي، وكانت نتائج الدراسة تشير إلى أن درجة الضغوط النفسية جاءت بدرجة متوسطة، وان الضغوط المتعلقة بالعبء الوظيفي جاءت بالمرتبة الأولى، وجاءت بالرتبة الأخيرة الضغوط المتعلقة ببيئة العمل.

وفيما يتعلق بدراسة عبد الرحيم (2012) الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات، وهدفت من خلال هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية، وتقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات في جامعة طيبة، وقد تكون مجتمع الدراسة من المرشدات الطلابيات اللاتي يعملن في القطاع الحكومي والأهلي، على مستوى التعليم العام والعالي، المتفرغات للعمل الإرشادي، واللاتي يمارسن مهنة التدريس إلى جانب عملهن الإرشادي، وقد تكونت عينة البحث من(39) مرشدة طلابية، وأدوات الدراسة التي استخدمتها الباحثة هما قائمة الضغوط النفسية للمعلمين من إعداد فيميان(1985) نقله إلى العربية منصور، والبيلاوي، واستبيان تقدير الشخصية(تقدير الذات) لرونر وأعدته للعربية سلامة، وأظهرت نتائج هذه الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الضغوط ومستوى تقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات.

وأجرى كل من جبر و إبراهيم (2012) بدراسة هدفت إلى الكشف عن أساليب التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى المرشدين التربويين، بلغت عينة البحث (250)مرشداً ومرشدة من العاملين ضمن حدود المديرية العامة لتربية محافظة واسط، طبق في هذه الدراسة مقياسان الأول يقيس أساليب التعامل مع الأحداث الضاغطة، والمقياس الثاني للاتزان الانفعالي، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه ايجابية ذات دلالة معنوية بين أساليب التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة والاتزان الانفعالي لدى أفراد عينة البحث، وظهور فروق ذات دلالة معنوية في أساليب التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة والاتزان الانفعالي تبعا لمتغير الجنس.

وفي الدراسة التي أعدها جعدان (2014) عن الإجهاد الفكري وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية عند المرشدين التربويين، هدفت للتعرف على الإجهاد الفكري عند المرشدين التربويين تبعاً لمتغير الجنس(ذكور، وإناث) والعوامل الخمسة الكبرى

للشخصية في شخصية المرشدين التربويين، بلغت عينة هذه الدراسة (260) من المرشدين التربويين بواقع (130)مرشداً تربوياً، و(130) مرشدة تربوية من العاملين في المديريات العامة لتربية بغداد للعام 2012–2013، استخدمت أداة قياس الإجهاد الفكري وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المرشدين التربويين يعانون من الإجهاد الفكري على نحو دال إحصائيا، وكذلك وجود ارتباط بين الإجهاد الفكري والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية عند المرشدين التربويين،فضلاً على أن للجنس تأثير في إحداث الفروق بين الإجهاد الفكري والعوامل الكبرى للشخصية من جهة ثانية.

الدراسات الأجنبية:

ومن الدراسات الأجنبية التي تناولت موضوع الضغوط النفسية ما يلي:

دراسة كمنجز(Cumminges,**2002**) هدفت للكشف عن الضغوط النفسية ودور المرشد في مواجهتها، وقد أجريت هذه الدراسة في ولاية تكساس الأمريكية في المدارس الابتدائية، بلغت عينة الدراسة(214) مرشدا، كانت أداة الدراسة المستخدمة مقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحث، وأشارت نتائج الدراسة عن مجموعة من الأسباب التي تؤدي إلى الضغوط، والتي تعرقل عمل المرشد في المدرسة منها، قلة الوقت، وعدم وجود مساعدين، ضعف توجيه أولياء الأمور.

وأجرى كل من ليان و هونشيل و سين (Layne, & Hoenshil, & Singh, 2004) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط الوظيفية والإجهاد النفسي ومصادر التكيف مع النية في تغيير العمل لدى مرشدي إعادة التأهيل في الولايات المتحدة الأمريكية، وتألفت عينة الدراسة من المرشدين الذين اعتبروا أنفسهم بأنهم يعملون دواما كاملا كمرشدين مختصين بإعادة التأهيل بغض النظر عن الإعدادات الوظيفية، وتألفت أيضا عينة الدراسة من الإفراد الذين ينتمون إلى الاتحاد الأمريكي الإرشادي لإعادة التأهيل، ولقد تم استخدام مقياس الضغوط النفسية،ونموذج البيانات الفردية من أجل تحديد النية في تغيير العمل عند المرشدين المرتبطين بإعادة التأهيل وذلك استناداً إلى نموذج تفاعلي للضغوطات، الإجهاد، التكيف، بالإضافة إلى متغيرات ديموغرافية مختلفة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الضغوط الوظيفية المتأصلة ضمن الواجبات الوظيفية لمرشدي إعادة التأهيل هي المسؤولة عن النية في تغيير العمل لدى المرشدين في حقل إعادة التأهيل،

وان المصادر التكيفية عند الفرد أو المتغيرات الديموغرافية ليست المسؤولة عن النية في تغيير العمل لدى مرشدي إعادة التأهيل.

وكشفت دراسة رايل (Rayle,2006) عن مستوى ضغوط العمل والرضا الوظيفي لدى المرشدين التربويين، اشتملت عينة الدراسة على (388) مرشداً مدرسياً يعملون في المدارس الابتدائية، والمتوسطة، والثانوية من مختلف أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية، وقد أجاب المرشدون على استبانه الضغوط النفسية ومقياس الرضا عن العمل، كشفت نتائج الدراسة أن مرشدي المدارس الابتدائية لديهم أعلى مستوى من الرضا الوظيفي وأدنى مستوى من الضغوط، بينما أظهر مرشدي المدارس الثانوية مستوى متدنيا من الرضا الوظيفي ومستوى عال من الضغوط، بينما المرشدون ذو الخبرة القليلة لديهم مستوى رضا وظيفي عال ومستوى متدنياً من الضغوط، وأن المرشدون ذو الخبرة الطويلة لديهم مستوى رضا وظيفي متدن ومستوى عال من الضغوط.

واستهدفت دراسة كوماري و بيكر (Kumary&Baker,2008) التعرف على الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين المتدربين في المملكة المتحدة، وتكونت عينة الدراسة من(109) من المرشدين المتدربين، استخدم في هذه الدراسة أداة قائمة مسح للضغوط النفسية، أشارت النتائج إلى وجود درجة مرتفعة من الضغوط النفسية تعود إلى التأهيل الأكاديمي، ومكان السكن، والتطور المهني والشخصي، وقلة الدعم، كما وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغيرات الجنس، وعمر المرشدين، ووجود علاقة ايجابية بين الصحة العامة والضغوط النفسية.

وفي دراسة واللاس ولي (Wallace & Lee, 2010) التي هدفت إلى الكشف عن استراتيجيات التكيف والإجهاد لدى المرشدين المختصين بعلاج التعاطي والاعتداء، وعلاقتها بالقلق الوظيفي، وطبقت أدوات لقياس استراتيجيات التكيف والإجهاد، وقد تناول الباحثان فيما إذا كانت الاستراتيجيات التكيفية تتوسط أو تعمل على تعديل العلاقات بين القلق الوظيفي والإجهاد عند عينة تكونت من (232) من المرشدين المختصين بالتعاطي والاعتداء، وأشارت نتائج الدراسة بان التشتت الذاتي والاستراتيجيات التكيفية السلوكية قد توسطت العلاقة بين ثلاث متغيرات مرتبطة بالقلق الوظيفي والإجهاد وهي (عبء العمل،

الخلاف المرتبط بالدور، وغموض الوظيفة) وقد ارتبطت الاستراتيجيات التكيفية النشطة سلبياً مع العلاقة بين عبء العمل، والإجهاد.

وأما دراسة نوبل (Noble,2011) حيث هدفت للكشف عن العوامل المؤثرة والإجهاد لدى مرشدي المدارس ضمن البيئات الحضرية والريفية في مدينة نيويورك، حيث بلغت عينة الدراسة (400)مرشداً ومرشدة، واستخدم مقياس الإجهاد في هذه الدراسة، أظهرت نتائج الدراسة بأن حجم العبء الذي يحمله المرشدون يلعب دورا في الإجهاد، وأشارت النتائج أيضا إلى أن العمل مع فئات سكانية كبيرة يؤثر على المرشدين بصورة مباشرة وكبيرة، وأظهرت نتائج الدراسة أيضا بان الإعدادات المدرسية الريفية والحضرية بالإضافة إلى عدد سنوات الإرشاد المدرسي تؤثر وتعمل على الإجهاد لدى مرشدي المدارس.

وفي دراسة سيرن (Serin, 2012) والتي هدفت إلى تحليل كيفية تكيف المرشدين مع الأفكار السلبية والضغوطات وإذا كان هناك فروق ذات دلالة في الاستراتيجيات التي يستخدمها المرشدين،حيث بلغت عينة الدراسة(141) من المرشدين النفسيين الذين يعملون في المدارس الأساسية والمتوسطة في إقليم أزمير في تركيا، استخدم الباحث نموذج استبيان المعلومات الشخصية، ومقياس التكيف مع الضغوط، بالإضافة إلى استبانه الأفكار التلقائية، أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك فرق كبير في حل المشكلات لدى المرشدين المدرسيين، والبحث عن الدعم، التجنب، والأفكار السلبية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، ولم يكن هنالك فروق ذات دلالة وفقا إلى مستواهم التعليمي، والمدة الزمنية للعمل، أو الرضا بمناخ العمل في المكتب.

وأما عن دراسة بولنت (Bulent, 2012) التي تناولت الكفاءة الذاتية والإجهاد عند مرشدي المدارس في منطقة ميرسن في تركيا، فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين الإجهاد وبين الكفاءة الذاتية لدى المرشدين المدرسين، ودراسة مستوى الإجهاد والكفاءة الذاتية وذلك من حيث الدعم الاجتماعي، وإدراك المهمة، بالإضافة إلى عدد الطلبة، ولقد تكونت عينة الدراسة من (194)مرشداً ومرشدة، وقد أجاب المرشدين على مقياس (Maslash) للإجهاد، وتم أيضا استخدام مقياس الكفاءة الذاتية عند المرشدين المدرسيين، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الكفاءة الذاتية قد تنبأت بأبعاد الانجاز الشخصية المرتبطة بالإجهاد عند مرشدي المدارس، بالإضافة إلى ذلك فقد تبين بأن المرشدين الذين حصلوا على

الدعم الاجتماعي لديهم مواقف ايجابية نحو مهنتهم، كما انه كلما كان عدد الطلبة الذين يتلقون الخدمات الإرشادية قليل كلما كان مستوى الإجهاد أقل وكلما ازداد من مستوى الكفاءة الذاتية عند المرشدين.

الدراسات التي تناولت موضوع الدافعية:

من خلال المراجعة والاطلاع للدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدافعية للعمل عند المرشدين التربويين وجد ندرة فيها؛ وفيما يلي عرض للدراسات العربية والأجنبية التي تقترب من موضوع الدراسة:

الدراسات العربية:

من ابرز الدراسات العربية التي تحدثت عن الدافعية عند المرشدين وعند متغيرات أخرى ما يلي:

دراسة الخيري (2008) والتي هدف من خلالها إلى التعرف على الرضا الوظيفي ودافعية الانجاز لدى عينة من المرشدين المدرسيين بمراحل التعليم العام بمحافظتي الليث والقنفذة، والتحقق من وجود فروق بين المرشدين المدرسيين من عينة الدراسة في محافظتي الليث والقنفذة، تكونت عينة الدراسة من (98) مرشداً من المرشدين المدرسيين الذين يعملون بمدارس التعليم العام بمراحله الحكومية الثلاث (الابتدائي، والمتوسط، والثانوي) في محافظتي الليث والقنفذة، استخدم أداة لقياس الرضا الوظيفي وأداة لقياس دافعية الانجاز، أظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الرضا الوظيفي، ودافعية الانجاز ترجع إلى (مكان العمل، سنوات الخبرة، والراتب).

ولمعرفة العلاقة بين مصادر ضغوط العمل وعلاقتها بالدافعية نحو العمل قام الجميلي (2009) بدراسة والتي هدف من خلالها إلى التعرف على العلاقة بين مصادر ضغوط العمل لدى المرشدين وعلاقتها بالدافعية نحو عملهم في مدارس محافظة نينوى، حيث تكونت عينة البحث من (80) مرشدا ومرشدة في مدارس محافظة نينوى، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس ضغوط العمل من إعداده وتكون من (42) فقرة ومقياس الدافعية نحو العمل، توصلت نتائج الدراسة إلى أن المرشدين التربويين يعانون من ضغوط العمل، وتدني مستوى الدافعية نحو عملهم، فضلاً عن ذلك توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين ضغوط العمل والدافعية للعمل لدى المرشدين التربويين.

وأجرى كل من دسمال، وعبد الرسول (2011) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الدافعية للانجاز لدى أخصائيي ومرشدي دائرة التوجيه والإرشاد بجامعة البحرين، والتحقق من وجود مظاهر دافعية الانجاز ومستوى مكوناته لدى أخصائيي ومرشدي دائرة التوجيه والإرشاد بجامعة البحرين، تكونت عينة الدراسة من (4) أخصائيين و(11) مرشداً اجتماعياً وهم العاملون بدائرة التوجيه والإرشاد في جامعة البحرين، وكانت أداة الدراسة المستخدمة مقياس الدافعية للانجاز، أظهرت نتائج الدراسة بأن مستوى الدافعية للانجاز بصفة عامة لدى الأخصائيين ومرشدي دائرة التوجيه والإرشاد بجامعة البحرين يقع فوق المتوسط وهو مستوى ليس بالجيد، وأن مستوى المثابرة لد أخصائيين ومرشدي دائرة التوجيه والإرشاد بجامعة البحرين يقع ضمن المستوى فوق المتوسط وهو اقل من جيد أيضا، وأشارت نتائج الدراسة أيضا إلى أن مستوى الشعور بالمسؤولية لدى أخصائيين ومرشدي دائرة التوجيه والإرشاد يقع ضمن المستوى المتوسط وهو أقل من جيد.

وقام بن يحكم وبونوة (2011) في دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الدافعية للعمل/ دراسة استكشافية لدى عمال مؤسسة سونلغاز بورقلة، هدفت للكشف عن مستوى دافعية العمل لدى عمال مؤسسة سونلغاز ورقلة في ظل متغيرات وسيطية (الجنس، الحالة الاجتماعية، الأقدمية)، تكونت عينة الدراسة من عمال مؤسسة سونلغاز بورقلة وعددها(93) عاملا، واستخدم استبيان يقيس مستوى الدافعية للعمل لدى العمال، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك مستوى مرتفع للدافعية للعمل لدى عمال سونلغاز بورقلة، ولا تختلف الدافعية للعمل باختلاف الجنس، ولا تختلف الدافعية للعمل باختلاف الاقدمية، ولكن تختلف الدافعية للعمل باختلاف الحالة الاجتماعية.

وأشارت نزال (2012) في دراستها إلى التعرف على العلاقة بين العنف الموجه ضد الأخصائيين الاجتماعيين من قبل المنتفعين والدافعية للاستمرار في مهنة الخدمة الاجتماعية، تكونت عينة الدراسة من (181) أخصائيا اجتماعياً عاملاً في مراكز الخدمة الاجتماعية، ومديرياتها في الضفة الغربية وفلسطين، استخدم أداة لقياس مستوى العنف أجاب عليه أفراد العينة، وأظهرت نتائج الدراسة إلى انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية تعزى لمتغير العمر، أي أن الأخصائيين الأصغر سناً أكثر دافعية للاستمرار في العمل في المهنة من كبار السن، وانه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى

لمتغير الجنس، ويوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للاستمرار في العمل في المهنة تعزى لمتغير الدخل أي أن الأخصائيين الأعلى دخلاً أكثر دافعية للاستمرار في العمل في المهنة من الأقل دخلاً.

وفيما يتعلق بدراسة هريش (2014) والتي هدفت إلى التعرف على العنف الموجه ضد الأخصائيين الاجتماعيين وعلاقته بالدافعية للاستمرار في مهنة الخدمة الاجتماعية في مدينة أم الفحم في الأراضي الفلسطينية، ولهذا الغرض استخدم الباحث استبانه مكونة من محورين تضمنت (35) فقرة، حيث تم اختيار العينة من جميع مجتمع الدراسة الكلي المكون من (50)أخصائياً اجتماعياً ، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين مستوى الدافعية للاستمرار في العمل وبين متغير الجنس، حيث أن الإناث أكثر استمرارية في مهنة الخدمة الاجتماعية من الذكور، وأشارت أيضاً النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الدافعية للاستمرار في العمل وبين المستوى التعليمي أي أن الأخصائيين الأكثر تعليماً أكثر دافعية من الأخصائيين الأقل تعليماً ، ووجود فروق بين سنوات الخبرة في العمل ومستوى الدافعية للاستمرار في العمل لدى الأخصائيين الاجتماعيين أي كلما زادت سنوات الخبرة ازدادت الدافعية للاستمرار في العمل في المهنة.

الدراسات الأجنبية

من الدراسات الأجنبية التي تناولت موضوع الدافعية عند المرشدين وتقترب من موضوع الدراسة ما يلي:

دراسة ويليام و ليبرمان (William & Lieberman,2001) فعالية المرشدين النفسيين حسب بعض المتغيرات، أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (71) مرشدا نفسيا واجتماعيا في الولايات المتحدة الأمريكية، وذلك بهدف التعرف على فاعلية المرشدين من خلال ممارسة مهنتهم، وتأثر هذه الفاعلية بمتغيرات الجنس، والخبرة، والمنطقة الجغرافية، والدرجة العلمية، والعمر، والحالة الاقتصادية، وتم استخدام مقياس الفاعلية من إعداد الباحثين، توصلت نتائج الدراسة إلى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات المرشدين، حسب متغير الجنس، وان للعمر دورا في فاعلية المرشدين واتجاهاتهم نحو المهنة، حيث أظهر المرشدون الأصغر سنا تقديرا أدنى على مقياس الفاعلية، وتقديرا أعلى لخدمات الإرشاد النفسي.

وقام كل من بارنا وجينفير (Jennifer & Barna,2009) بدراسة هدفت إلى التعرف على دافعية مرشدي المدارس الأساسية في ولاية فرجينيا من أجل دعم الإنجاز الأكاديمي عند الطلبة من خلال معايير محددة، ومعرفة العلاقة ما بين الدافعية ومستويات تطبيق المعايير الاجتماعية/ الشخصية والأكاديمية كإستراتيجية من اجل دعم الانجاز الأكاديمي، بلغت عينة الدراسة(212) من مرشدي المدارس الأساسية في ولاية فرجينيا، ومن خلال استخدام نظرية التحديد الذاتي كإطار نظري، تبين بان كلا النوعين من المعايير يعتبر ذو أهمية كبيرة لبرامجهم، وكذلك يتم تطبيقه بدرجة كبيرة ضمن برامجهم، وتبين أيضا بان دافع المرشدين يلعب دورا كإستراتيجية في دمج التطور الشخصي والاجتماعي لدعم الانجاز الأكاديمي لدى الطلبة

وفي الإطار نفسه أجرى كل من ريش وشيرام (Rich & Shiram,2010) دراسة عن إدراك مرشدي المدارس والمعلمين في المدارس الثانوية في إسرائيل لمفهوم الدافعية، بلغت عينة دراستهم (69) معلما و(77)مرشداً ، أجابوا المشاركون في عينة الدراسة على ثلاثة استبيانات قام المؤلفون بتصميمها لأغراض هذه الدراسة استنادا إلى نظرية الهدف، وقام الباحثون أيضا بإجراء مقابلات مع (10) مرشدين و (10) معلمين، أشارت النتائج إلى أن المرشدين بالمقارنة بالمعلمين قد نظروا إلى اتجاه المهمة على انه أكثر تمثيلا للدافعية نحو التعلم، وكذلك نظروا إلى اتجاه الأنا على انه اقل إشارة إلى الدافعية المرتبطة بالتعلم، وقد كانت إدراكات المرشدين للدافعية ذات أبعاد متعددة أكثر وذلك بالمقارنة مع إدراكات المعلمين، وازداد التشابه ما بين هذين النوعين من المهنيين عندما كان لدى المرشدين تجربة تعليمية مسبقة أو متزامنة.

أما كلياري وبريس كوت (Cleary & Prescott,2010) فقد قاما بدراسة عن تقييم الدافعية والتنظيم الذاتي والممارسات المهنية والحاجات عند الأخصائيين النفسيين المدرسيين، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروقات بين الأخصائيين النفسيين المدرسيين في المناطق الحضرية ومناطق الضواحي، وذلك من حيث الاعتقادات التقييمية المرتبطة بالدافعية والتقييم الذاتي، وذلك من خلال عينة تكونت من(96) من الأخصائيين النفسيين المدرسيين في المناطق الحضرية و(47) من الأخصائيين النفسيين المدرسيين في الضواحي والذين تم اختيارهم من (22) مديرية في أحدى الولايات الغربية الوسطى في

الولايات المتحدة الأمريكية، وقد أجاب المشاركون على فقرات المقياس المسحي للتنظيم الذاتي والدافعية، وكانت نتائج الدراسة تشير إلى أن المجموعتين لم يختلفان فيما يتعلق بغالبية فقرات الدراسة المسحية التنظيم الذاتي، وتقييم الدافعية، فقد واجهتا كلتا المجموعتين المواضيع المتعلقة بالتنظيم الذاتي والدافعية على أساس متكرر.

وفيما يتعلق بدراسة ريجر وجراهام (Reger& Graham, 2011) فقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى دافعية الأخصائيين الاجتماعيين للاستمرار في العمل بعد أن اعتبروا العنف من أهم المظاهر التي أصبح يتعرضون لها وتواجههم في أماكن عملهم في كندا، وما لها من تأثير وأبعاد على الصعيدين الشخصي والمهني، ومن النواحي النفسية والاجتماعية والسلوكية، وعلى الرغبة في الاستمرار في العمل، تكونت عينة الدراسة من (171) أخصائياً اجتماعياً ، استخدمت في هذه الدراسة أداة لقياس الدافعية للعمل، وأشارت النتائج إلى أن ما نسبته (16,3) من الأخصائيين الاجتماعيين المعنفين يترك لديهم أثراً على نفسيتهم ودافعيتهم للاستمرار في العمل وأن الأخصائيين الاجتماعيين الأصغر سناً أكثر دافعية من كبار السن في الاستمرار بمهنة الخدمة الاجتماعية، وأن الأخصائيين الاجتماعيين أصحاب الدخل العالي لديهم دافعية أكثر ممن غيرها للاستمرار في العمل.

التعليق على الدراسات السابقة:

تناولت الدراسات السابقة التي احتوتها الدراسة الحالية موضوع الضغوط النفسية وموضوع الدافعية عند المرشدين التربويين وعند متغيرات أخرى غير المرشدين التربويين ومن خلال استعراض الدراسات السابقة نلاحظ ما يلي:

1. فيما يخص الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية نجد أن دراسة الطوطو (2007)؛ وكمنجز (Cumminges,2002)؛ وكوماري وبيكر (Kumary&Baker,2008)؛ وطشطوش ومزاهرة (2010)، هذه الدراسات تناولت الضغوط النفسية التي يتعرض لها المرشدين والمرشدات، فيما استقصت دراسة عبد الرحيم (2012) الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى الطلبة المرشدين، فيما سعت دراسة رايل (Rayle,2006) عن كشف العلاقة بين ضغوط العمل والرضا الوظيفي لدى المرشدين التربويين). وأما دراسة عبد القادر (2008) فقد تناولت الضغوط النفسية عند الأخصائيين النفسيين.

2. وما يلاحظ على الدراسات التي تناولت الدافعية: تناولت بعض الدراسات الدافعية عند المرشدين كدراسة بارنا وجينفير(Jenifer & Barna,2009) وهدفت للتعرف على دافعية مرشدي المدارس الأساسية في ولاية فرجينيا؛ وكذلك تناولت بعض الدراسات الدافعية عند المرشدين وعند المعلمين كدراسة ريش وشيرام (Rich & Shiram,2010) وهدفت للكشف عن إدراك مرشدي المدارس والمعلمين لمفهوم الدافعية؛ واستقصت بعض الدراسات العلاقة بين الدافعية وبعض المتغيرات الأخرى عند المرشدين، كدراسة الخيري (2008) والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة ما بين الرضا الوظيفي ودافعية الإنجاز عند المرشدين المدرسيين، ودراسة الجميلي(2009) وهدفت للكشف عن العلاقة بين الدافعية وضغوط العمل عند المرشدين التربويين، واستقصت بعض الدراسات الدافعية ومتغيرات أخرى غير المرشدين كدراسة ريجر وجراهام (Reger& Graham,2011)؛ ودراسة نزال(2012)؛ ودراسة هريش (2014)، وهدفت هذه الدراسات إلى التعرف على العلاقة بين الدافعية والعنف الموجه ضد الأخصائيين الاجتماعيين.

3- تميزت هذه الدراسة بأنها هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين.

الفصل الثالث

المنهجية والتصميم

يتناول هذا الفصل وصفاً للمنهجية والتصميم الذي اتبع في تنفيذ هذه الدراسة من حيث مجتمع الدراسة وعينتها، ووصف الأداة المستخدمة ولجراءات صدقها، وثباتها، وتطبيقها على العينة والمعالجات الإحصائية لبيانات الدراسة.

1.3 منهج الدراسة

يتطلب تحقيق أهداف الدراسة اعتماد المنهج الوصفي الذي يسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة ومن ثم وصفها، فهو يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع بوصفها وصفا دقيقاً .

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

مجتمع الدراسة هو نفسه عينة الدراسة وهي ما تسمى ب(العينة الشاملة)، حيث تكون العدد الكلي لمجتمع الدراسة من (149)مرشداً ومرشدة، تم اختيار عينة استطلاعية مكونة من (30) مرشداً ومرشدة لغايات الثبات، وتم توزيع أداتي الدراسة على المتبقين والبالغ عددهم (119) مرشداً ومرشدة، استرد الباحث منهم (112) أداة، وبعد تفريغ البيانات تم استبعاد (9) أدوات كونها غير صالحة للتحليل، وتبقى (103) أداة وهم العدد الحقيقي لأفراد عينة الدراسة من المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك، والجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الديمغرافية.

جدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيراتها

المتغير	الفئة	العدد
المؤهل العلمي	بكالوريوس	68
	دراسات عليا	35
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	16
	أكثر من 5 وأقل من 10 سنوات	50
	أكثر من 10 وأقل من 15 سنوات	19
	أكثر من 15 سنة	18
النوع الاجتماعي	ذكر	37
	أنثى	66
الكلي		103

3.3 أدوات الدراسة

اعتمد الباحث في هذه الدراسة مقياسين وهما مقياس الضغوط النفسية ومقياس الدافعية نحو العمل.

أولاً : مقياس الضغوط النفسية

قام الباحث بتطوير هذا المقياس بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والأدب النظري كدراسة(الحربي،2009؛ ودراسة عبد القادر،2008؛ ودراسة طشطوش ومزاهرة، 2010)، حيث تكون المقياس من (20) فقرة مقسمة إلى أربعة أبعاد (العلاقة مع الطلبة)؛ (وعبء العمل)؛ (والعلاقة مع أولياء الأمور)؛(والرواتب والحوافز) تقيس مستويات ودرجات الضغوط النفسية التي يتعرض لها المرشدين التربويين (الملحق أ)، وكل فقره قيست على سلم ليكرت الخماسي بحيث أعطت الفقرات ذات الصياغة السلبية خمس درجات للإجابة" دائماً"؛ أربع درجات للإجابة" غالباً "؛ ثلاث درجات للإجابة"أحياناً"؛ درجتين للإجابة"نادراً "؛ درجة واحدة للإجابةأبداً "، وبذلك فإن المتوسط يشير إلى مصدر

مرتفع للضغط النفسي، والعكس صحيح، علماً بأن فقرات المقياس جميعها جاءت سلبية وتعبر عن مستوى الضغوط النفسية.

صدق مقياس الضغوط النفسية

تم إجراء صدق المقياس بطريقتين: الطريقة الأولى بعرضها على محكمين، والطريقة الثانية بحساب معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وهو ما يسمى بصدق البناء الداخلي.

أولا: صدق الأداة

الصدق الظاهري للمقياس

عرضت الصورة الأولية لمقياس الضغوط النفسية على لجنة من المحكمين من المختصين في الإرشاد النفسي، وعلم النفس، والتربية وذلك للتحقق من صلاحية الفقرات لمقياس الضغوط النفسية، والملحق (ج) يبين أسماء المحكمين، وفي ضوء تعديلات المحكمين تم حذف وتعديل بعض الفقرات، وأصبحت الأداة بصورتها النهائية تحتوي على(20) فقرة لمقياس الضغوط النفسية بعد أن حذفت خمس فقرات منها، وفيما يلي أبرز تعديلات المحكمين على هذا المقياس:

1. حذف خمس فقرات من المقياس في صورته الأولية وهي الفقرات (8، 12، 20، 21، 25).
2. إعادة صياغة بعض الفقرات من مقياس الضغوط النفسية وهي الفقرات (15,13)

صدق البناء الداخلي للمقياس

تم اختيار عينة استطلاعية للدراسة مكونة من (30) مرشداً ومرشدة، وهم من داخل مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها. وتم تطبيق المقياس عليهم للتأكد من معاملات الارتباط بين الفقرة وارتباطها مع البعد الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية، والجدول (2) يبين نتائج التطبيق للمقياس على العينة الاستطلاعية

جدول (2)

معاملات الارتباط بين الأداء على كل فقرة والأداء على المقياس ككل لمقياس الضغوط النفسية

الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
1	**0.41	**0.55	11	**0.52	**0.59
2	*0.39	**0.53	12	**0.45	**0.48
3	*0.39	**0.52	13	**0.49	**0.54
4	**0.51	**0.57	14	**0.42	**0.49
5	**0.59	**0.48	15	**0.45	**0.47
6	**0.61	**0.51	16	**0.63	**0.54
7	*0.35	**0.54	17	**0.59	**0.63
8	*0.37	**0.57	18	**0.49	**0.52
9	*0.29	*0.36	19	**0.42	**0.46
10	**0.71	**0.41	20	*0.39	**0.46

**** دالة عند مستوى الدلالة (α≤0.01) * دالة عند مستوى الدلالة (α≤0.05)**

يتبين من الجدول (2) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (0.36- 0.63) بين الفقرة والمجالات التي تنتمي لها الفقرة والمقياس وجميعها كانت دالة عند مستوى الدلالة **(α≤0.01)**؛ وهذا يدل على أن فقرات مقياس الضغوط النفسية جميعا تقيس السمة نفسها، أي أن المقياس يتسم بصدق البناء الداخلي.

وقد تكون مقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية من أربعة أبعاد قسم كل بعد إلى عدد من الفقرات، علماً بأن جميع فقرات المقياس فقرات سلبية أي أنها تعبر عن مستوى الضغوط النفسية للمرشدين التربويين، وفيما يلي وصف لهذه الأبعاد:

1. البعد الأول: العلاقة مع أولياء أمور الطلبة، ويتكون من الفقرات (1-5).
2. البعد الثاني: عبء العمل، ويتكون من الفقرات (6-10).
3. البعد الثالث: العلاقة مع الطلبة، ويتكون من الفقرات (11-15).
4. البعد الثالث: الراتب والحوافز، ويتكون من الفقرات (16-20).

ثانياً: ثبات الأداة

لإعطاء صوره عن ثبات أدوات الدراسة استخرج الباحث الثبات بطريقة إعادة الاختبار؛ إذ تم تطبيق أداة الدراسة على العينة الاستطلاعية مكونة من (30) مرشداً ومرشدة من غير أفراد عينة الدراسة، باستخدام معامل كرونباخ إلفا والجدول التالي يبين هذه المعاملات.

جدول (3)

معاملات كرونباخ إلفا لثبات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية

البعد/المجال	الدرجة الكلية
العلاقة مع أولياء الأمور	0.84
عبء العمل	0.79
العلاقة مع الطلبة	0.79
الراتب والحوافز	0.81
الثبات الكلي للمقياس	0.89

يتبين من الجدول (3) أن معامل الثبات لمقياس الضغوط النفسية تراوح بين (79%–84%)، في حين بلغت معامل الثبات الكلي لمقياس الضغوط النفسية (89%) وهي نسبة مقبولة لأغراض الدراسة.

ثانياً: مقياس الدافعية نحو العمل:

قام الباحث بإعداد مقياس الدافعية نحو العمل وذلك بعد المراجعة والاطلاع على الدراسات السابقة (انظر الملحق أ)، كدراسة الجميلي (2009)؛ وكذلك دراسة الحيالي (1990)، وتكون المقياس من (18) فقرة تقيس بعد واحد وهو بعد الدافعية نحو العمل، وكل فقره قيست على سلم ليكرت الخماسي بحيث أعطت الفقرات ذات الصياغة الايجابية درجة واحدة للإجابة" دائما"، درجتين للإجابة"غالباً "، ثلاث درجات للإجابة"أحياناً "، أربع درجات للإجابة"نادراً "، خمس درجات للإجابة "أبداً .

والفقرات ذات الصياغة السلبية خمس درجات للإجابة " دائماً "، أربع درجات للإجابة " غالباً"، ثلاث درجات للإجابة أحياناً "، درجتين للإجابة "نادراً "، درجة واحدة للإجابة أبداً "، وبذلك فإن المتوسط يشير إلى مستوى مرتفع للدافعية، والعكس صحيح.

أما عن الفقرات السلبية بالمقياس فهي (7، 9، 13) وباقي فقرات مقياس الدافعية نحو العمل كلها فقرات إيجابية. والملحق (ب) يبين مقياس الدافعية نحو العمل بصورته النهائية. وقد اعتمدت الدراسة لتصحيح المقياس المعيار الآتي:

1. مستوى منخفض، إذا كان المتوسط الحسابي يقع بين (1 – أقل من 2.34)
2. مستوى متوسط، إذا كان المتوسط الحسابي يقع بين (2.34 – أقل من 3.68)
3. مستوى مرتفع، إذا كان المتوسط الحسابي يقع بين (3.68 – 5)

صدق المقياس

تم إجراء صدق المقياس بطريقتين: الطريقة الأولى بعرضها على محكمين، والطريقة الثانية بحساب معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وهو ما يسمى بصدق البناء الداخلي

الصدق الظاهري للمقياس

عرضت الصورة الأولية لمقياس الدافعية نحو العمل على لجنة من المحكمين من المختصين في الإرشاد النفسي، وعلم النفس، والتربية للتحقق من صلاحية الفقرات، والملحق (ج) يبين أسماء المحكمين، وفي ضوء تعديلات المحكمين تم تعديل بعض الفقرات، وأصبحت الأداة بصورتها النهائية تحتوي على (18) فقرة لهذا المقياس، وقد تمثلت أبرز ملاحظات المحكمين بالصياغة اللغوية، وتعديل بعض الكلمات فقط.

صدق البناء الداخلي للمقياس

تم تطبيق المقياس على نفس العينة الاستطلاعية للدراسة والمكونة من (30) مرشداً ومرشدة، وهم من داخل مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها؛ للتأكد من معاملات الارتباط بين أداء كل فقرة والأداء على العامل والدرجة الكلية الذي تنتمي إليه الفقرة والجدول (4) يبين نتائج التطبيق للمقياس على العينة الاستطلاعية

جدول (4)

معاملات الارتباط بين الأداء على كل فقرة والأداء على المقياس ككل لمقياس الدافعية

الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
1	*0.39	*0.26	10	**0.66	*0.38
2	**0.52	*0.37	11	**0.56	**0.43
3	**0.63	**0.49	12	**0.47	**0.45
4	**0.52	**0.57	13	**0.51	*0.34
5	**0.49	**0.47	14	**0.45	**0.45
6	**0.71	**0.50	15	**0.57	*0.31
7	*0.39	*0.35	16	**0.60	**0.45
8	**0.43	*0.39	17	*0.38	*0.38
9	**0.51	*0.30	18	**0.45	*0.29

** دالة عند مستوى الدلالة (0.01≥α) * دالة عند مستوى الدلالة (0.05≥α)

يتبين من الجدول (5) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (0.26- 0.71) بين الفقرة والمجال والمقياس الكلي، وجميعها كانت دالة عند مستوى الدلالة (0.01≥α)، وهذا يدل على أن فقرات مقياس الدافعية نحو العمل جميعا تقيس السمة نفسها، أي أن المقياس يتسم بصدق البناء الداخلي.

ثانياً: ثبات مقياس الدافعية نحو العمل

للتحقق من الثبات تم حسابه بطريقة إعادة الاختبار من خلال تطبيق المقياس على عينه استطلاعية مكونة من(30)مرشداً ومرشدة من غير أفراد عينة الدراسة، حيث بلغ معامل الثبات لمقياس الدافعية نحو العمل(85%)، وهي نسبة مقبولة لتطبيق الدراسة.

4.3 إجراءات الدراسة

1. تم بناء أداتي الدراسة التي سوف تطبق على عينة الدراسة بعد المراجعة والاطلاع على الدراسات السابقة.

2. تم تحديد مجتمع الدراسة وهم المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في مديرياتها الأربعة بالتنسيق مع رؤساء الأقسام الإرشادية في كل مديرية من مديريات التربية والتعليم في محافظة الكرك.

3. تم الحصول على الموافقة الرسمية من جامعة مؤتة، من خلال كتاب رسمي موجه من قبل كلية الدراسات العليا بجامعة مؤتة لتسهيل إجراءات الدراسة وتطبيق أداتها في المدارس الحكومية في محافظة الكرك والملحق (د) يبين ذلك.

4. تم توزيع أداتي الدراسة من قبل الباحث على عينة عشوائية من أفراد مجتمع الدراسة للتحقق من ثباتهما.

5. بعد التحقق والتأكد من ثبات أداتي الدراسة قام الباحث بتوزيع أداتي الدراسة على المرشدين والمرشدات(عينة الدراسة) في المدارس الحكومية في محافظة الكرك، بالتنسيق مع رؤساء أقسام الإرشاد التربوي في مديريات التربية والتعليم في محافظة الكرك وذلك بتاريخ 9/15 /2015، حيث تم توزيع أداتي الدراسة على عينة الدراسة وبعد أسبوعين من تاريخه تم استرجاع أدوات الدراسة.

6. تم تحليل بيانات الدراسة عن طريق معالجتها بواسطة الحاسوب والحصول على نتائج الدراسة.

5.3 متغيرات الدراسة

أولاً : المتغيرات المستقلة وهي تتمثل بالاتي:

1- المؤهل العلمي: وله مستويان: البكالوريوس والدراسات العليا

2- النوع الاجتماعي: ذكر/ وأنثى

3- سنوات الخبرة وتمثل بالمستويات: (أقل من 5 سنوات)، و(أكثر من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات)، (أكثر من 10 سنوات وأقل من 15 سنه)، (أكثر من 15 سنه).

ثانياً: المتغيرات التابعة: الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين.

6.3 المعالجات الإحصائية

استخدمت الدراسة الأساليب الإحصائية الآتية:

1. للإجابة عن السؤال الأول والثاني تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتبة، والمستوى.
2. للإجابة عن السؤال الثالث تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد.
3. للإجابة عن السؤال الرابع تم استخدام تحليل التباين المتعدد لاستخراج الفروق حسب متغير النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة.
4. للإجابة عن السؤال الخامس تم استخدام تحليل التباين الثلاثي لاستخراج الفروق حسب متغير النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة ومناقشتها، حيث يتضمن الإجابة عن أسئلة الدراسة بطريقة مفصلة.

1.4 عرض النتائج

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك؟

للإجابة عن السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك حسب أبعاد الضغوط النفسية، وفيما يلي النتائج.

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك مرتبة تنازلياً

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
الراتب والحوافز	3.09	1.04	1	متوسط
عبء العمل	3.08	0.74	2	متوسط
العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	2.21	0.73	3	منخفض
العلاقة مع الطلبة	1.98	0.77	4	منخفض
الكلي	2.59	0.60		متوسط

يتبين من الجدول(5) أن مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك جاء متوسطاً بمتوسط حسابي بلغ (2.59) وانحراف معياري (0.73). وجاء بعد (الراتب والحوافز) في المرتبة الأولى بمستوى متوسط بمتوسط حسابي بلغ (3.09) وانحراف معياري(1.04)، في حين جاء بعد (عبء العمل) في المرتبة الثانية وبمستوى متوسط أيضاً وبمتوسط حسابي بلغ (3.08) وانحراف معياري

(0.74)، وجاء بعد (العلاقة مع أولياء أمور الطلبة) بالمرتبة الثالثة ومستوى منخفض حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجال (2.21)، بانحراف معياري (0.73)، وجاء أخيراً بعد (العلاقة مع الطلبة) بمستوى منخفض وبمتوسط حسابي بلغ (1.98) وانحراف معياري (0.77).

مستوى أبعاد الضغوط النفسية

أولاً: العلاقة مع أولياء أمور الطلبة

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (العلاقة مع أولياء أمور الطلبة) مرتبة تنازليا

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
3	انزعج من عدم تعاون أولياء الأمور معي	3.09	1.14	1	متوسط
1	اشعر بالإحباط من عدم ثقة أولياء الأمور بعملي الإرشادي	2.14	1.00	2	منخفض
2	تنعكس المشكلات التي أواجهها مع أولياء الأمور على أدائي في العمل	2.06	1.05	3	منخفض
5	أتضايق كثيرا من الزيارات المنزلية لأولياء أمور الطلبة	1.99	1.20	4	منخفض
4	يرهقني كثرة مراجعة أولياء الأمور لمناقشة مشكلات أبنائهم.	1.76	0.95	5	منخفض
	الكلي	2.21	0.73		منخفض

يتبين من الجدول(6) أن مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (العلاقة مع أولياء أمور الطلبة) من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة جاء بمستوى منخفض، وبمتوسط حسابي بلغ (2.21)، وانحراف معياري (0.73)، وحصلت فقرات بعد (العلاقة مع أولياء أمور الطلبة) على درجات منخفضة ما عدا الفقرة الثالثة حيث حصلت على مستوى متوسط، إذ تراوح المتوسط الحسابي لجميع الفقرات بين (3.09-1.76)، وجاءت الفقرة رقم (3) والتي نصها (انزعج من عدم تعاون أولياء الأمور معي) بالمرتبة الأولى ومستوى متوسط وبمتوسط حسابي بلغ

(3.09) وانحراف معياري (1.14)، في حين جاء ت الفقرة رقم (4) والتي نصها(يرهقني كثرة مراجعة أولياء الأمور لمناقشة مشكلات أبنائهم) في المرتبة الأخيرة ومستوى منخفض وبمتوسط حسابي بلغ (1.76) وانحراف معياري (0.95).

ثانياً: عبء العمل

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (عبء العمل) مرتبة تنازليا

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
7	تتزايد واجباتي في العمل باستمرار	3.56	1.08	1	متوسط
8	أعاني من التعب في نهاية الدوام المدرسي	3.46	1.11	2	متوسط
9	أتحمل أعباء أكثر من زملائي في المدرسة	3.19	1.03	3	متوسط
10	أقوم بأعمال أخرى أضافية غير عملي الإرشادي	2.98	1.30	4	متوسط
6	اشعر بالإحباط في عملي	2.20	1.22	5	منخفض
	الكلي	3.08	0.74		متوسط

يتبين من الجدول (7) أن مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (عبء العمل) من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة جاء بمستوى متوسط، وبمتوسط حسابي بلغ (3.08)، وانحراف معياري (0.74)، وحصلت فقرات بعد (عبء العمل) على مستويات متوسطة ما عدا الفقرة العاشرة حيث حصلت على مستوى منخفضة، إذ تراوح المتوسط الحسابي لجميع الفقرات بين (3.56-2.20)، وجاءت الفقرة رقم (7) والتي نصها(تتزايد واجباتي في العمل باستمرار) بالمرتبة الأولى ومستوى متوسط وبمتوسط حسابي بلغ (3.56) وانحراف معياري (1.08)، في حين جاءت الفقرة رقم (6) والتي نصها(اشعر بالإحباط في عملي) في المرتبة الأخيرة ومستوى منخفض وبمتوسط حسابي بلغ (2.20) وانحراف معياري (1.22).

ثالثاً: العلاقة مع الطلبة

جدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (العلاقة مع الطلبة) مرتبة تنازليا

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
15	انزعج من استخفاف بعض الطلبة بعمل المرشد والتقليل من أهميته	2.31	1.35	1	منخفض
13	يرهقني العمل ليوم كامل مع الطلبة	2.25	1.12	2	منخفض
12	اتعب كثيراً عندما أحاول حل مشكلات الطلبة	2.01	1.06	3	منخفض
11	انزعج من كثرة مراجعة الطلبة لي بشأن مشكلاتهم	1.70	0.97	4	منخفض
14	يضايقني كثرة أسئلة الطلبة أثناء اللقاءات الإرشادية	1.63	0.86	5	منخفض
	الكلي	1.98	0.77		منخفض

يتبين من الجدول (8) أن مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (العلاقة مع الطلبة) من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة جاء بمستوى منخفض، وبمتوسط حسابي بلغ(1.98)، وانحراف معياري (0.77)، وحصلت فقرات بعد (العلاقة مع الطلبة) على درجات منخفضة، إذ تراوح المتوسط الحسابي لجميع الفقرات بين (2.31–1.63)، وجاءت الفقرة رقم (15) والتي نصها(انزعج من استخفاف بعض الطلبة بعمل المرشد والتقليل من أهميته) بالمرتبة الأولى ومستوى منخفض وبمتوسط حسابي بلغ (2.31) وانحراف معياري (1.35)، في حين جاءت الفقرة رقم (6) والتي نصها(يضايقني كثرة أسئلة الطلبة أثناء اللقاءات الإرشادية) في المرتبة الأخيرة ومستوى منخفض وبمتوسط حسابي بلغ (1.63) وانحراف معياري (0.86).

رابعاً: الراتب والحوافز

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (الراتب والحوافز) مرتبة تنازليا

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
16	يضايقني قلة الحوافز التي تقدم للمرشد التربوي	3.66	1.40	1	متوسط
17	أتقاضى راتباً اقل مما استحق	3.41	1.45	2	متوسط
19	اشعر بعدم مناسبة راتبي مع مؤهلي العلمي	3.22	1.39	3	متوسط
18	اترك مهنتي كمرشد إذا أتيح لي راتب أعلى	2.96	1.55	4	متوسط
20	أقوم بعمل إضافي لتغطية احتياجاتي	2.21	1.45	5	منخفض
	الكلي	3.09	1.04		متوسط

يتبين من الجدول (9) أن مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك في بعد (الراتب والحوافز) من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة جاء بمستوى متوسط، وبمتوسط حسابي بلغ (3.09)، وانحراف معياري(1.04)، وحصلت فقرات بعد(الراتب والحوافز) على مستويات متوسطة ما عدا الفقرة رقم (20) حيث جاءت بمستوى منخفض، إذ تراوح المتوسط الحسابي لجميع الفقرات بين (3.66- 2.21)، وجاءت الفقرة رقم (16) والتي نصها(يضايقني قلة الحوافز التي تقدم للمرشد التربوي) بالمرتبة الأولى ومستوى متوسط وبمتوسط حسابي بلغ (3.66) وانحراف معياري (1.40)، في حين جاءت الفقرة رقم (20) والتي نصها(أقوم بعمل إضافي لتغطية احتياجاتي) في المرتبة الأخيرة ومستوى منخفض وبمتوسط حسابي بلغ (2.21) وانحراف معياري (1.45).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى الدافعية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك؟

للإجابة عن السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الدافعية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك حسب أبعاد الضغوط النفسية، وفيما يلي النتائج.

جدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الدافعية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك مرتبة تنازليا

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
2	أقدم الخدمات الإرشادية لمن يحتاجها من الطلبة	4.65	0.65	1	مرتفع
4	أقوم بتنظيم وتجهيز سجلاتي الإرشادية كاملة	4.58	0.71	2	مرتفع
3	أنجز جميع المهمات المطلوبة مني دون تأخر	4.48	0.73	3	مرتفع
11	التزم بأوقات الدوام الرسمي بدقه	4.40	0.83	4	مرتفع
6	اشعر بالسعادة أثناء حصص التوجيه الجمعي	4.36	0.87	5	مرتفع
16	أتحمل مسؤولية كبيرة نحو عملي الإرشادي	4.32	0.91	6	مرتفع
10	لدي استعداد للعمل الإرشادي في أي مدرسة	4.31	1.04	7	مرتفع
14	يتناسب العمل الإرشادي مع ميولي ورغباتي	4.03	1.04	8	مرتفع
5	أشجع الآخرين بدراسة تخصص الإرشاد التربوي	4.03	1.03	8	مرتفع
8	لدي الرغبة في انجاز يفوق التوقعات	4.00	1.07	9	مرتفع
17	أقوم بانجاز أي أعمال أخرى يطلبها مني المدير بسرعة	3.87	1.20	10	مرتفع
12	أسعى لتطبيق الاختبارات والمقاييس المتوفرة	3.61	1.15	11	متوسط
1	اعمل لساعات طويلة دون ملل	3.56	1.05	12	متوسط
9	يزعجني عدم وجود مكان مخصص للإرشاد التربوي في المدرسة	2.94	1.05	13	متوسط

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
18	ينتهي عملي الإرشادي بنهاية الدوام المدرسي	2.78	1.12	14	متوسط
15	رغبتي في تطوير نفسي عملياً محدودة	2.66	1.08	15	متوسط
13	أتثاقل من حضور الدورات التدريبية التي تخص الإرشاد التربوي	2.33	1.10	16	منخفض
7	أصل إلى عملي متأخراً	1.83	1.03	17	منخفض
	الكلي	3.71	0.80		مرتفع

يتبين من الجدول (10) أن مستوى الدافعية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة جاء بمستوى مرتفعاً ، وبمتوسط حسابي بلغ(3.71)، وانحراف معياري (0.80)، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية لجميع فقرات مقياس الدافعية بين (4.65–1.83)، وجاءت الفقرة رقم (2) والتي نصها(أقدم الخدمات الإرشادية لمن يحتاجها من الطلبة) بالمرتبة الأولى ومستوى مرتفع وبمتوسط حسابي بلغ (4.65) وانحراف معياري (0.65)، في حين جاءت الفقرة رقم (7) والتي نصها(أصل إلى عملي متأخراً) في المرتبة الأخيرة ومستوى منخفض وبمتوسط حسابي بلغ (1.83) وانحراف معياري (1.03).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ما هي العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك؟

للتعرف على طبيعة العلاقة بين أبعاد الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد، وجاءت النتائج كما يتضح من خلال الجدول (11).

جدول (11)

نتائج اختبار الانحدار المتعدد للعلاقة بين أنماط الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين

المتغير المستقل: الضغوط النفسية	قيمة (Beta)	قيمة(T)	مستوى الدلالة
العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	−0.014	−0.228	0.820
عبء العمل	−0.032	−0.567	0.572
العلاقة مع الطلبة	−0.003	−0.050	0.960
الراتب والحوافز	0.076	2.039	*0.044
قيمة R^2		0.042	
قيمة **F**		1.068	
مستوى الدلالة		*0.377	

*دالة إحصائيا عند مستوى (α≥0.05)

جدول (12)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للتنبؤ بدخول أنماط الضغوط النفسية في معادلة خط الانحدار.

المتغير المستقل:الضغوط النفسية	**قيمة (معامل التحديد)**	**قيمة(T)**	**مستوى الدلالة**
الراتب والحوافز	0.189	1.930	*0.05

*ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α≤0.05)

يتبين من الجدول (11) عدم وجود علاقة ذو دلالة إحصائية للضغوط النفسية على الدافعية لدى المرشدين التربويين ، حيث بلغت قيمة ف (1.068) وبدلالة إحصائية بلغت(0.377). فيما تبين أن بعد (الراتب والحوافز) قد كان له علاقة بالدافعية إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2.039) وبدلالة إحصائية (0.04).

وكشفت النتائج أن المتغير المستقل (الضغوط النفسية) قد فسر ما مقداره (0.042%) من التباين في المتغير التابع (الدافعية).

وعند إجراء تحليل الانحدار التدريجي (Stepwise Multiple Regression)، لتحديد حجم الأثر لنمط (الراتب والحوافز) في المتغير التابع (الدافعية) تبين أنه فسّر ما مقداره (18.9%) من التباين في المتغير التابع، وخرج من معادلة خط الانحدار أنماط الضغوط النفسية الأخرىلعدم أهميته إحصائياً في النموذج الرياضي.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:هل تختلف الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين المتعدد (MANOVA)، لاستجابات أفراد العينة في مستوى الضغوط النفسيةتبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي كالأتي:

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حسب متغير النوع الاجتماعي والجدول(13) يبين ذلك:

جدول (13)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة

المتغير	الفئة		العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	عبء العمل	العلاقة مع الطلبة	الراتب والحوافز	الكلي
النوع الاجتماعي	ذكر	المتوسط الحسابي	2.35	3.26	2.03	3.45	2.77
		الانحراف المعياري	0.72	0.78	0.93	1.08	0.64
	أنثى	المتوسط الحسابي	2.13	2.97	1.95	2.89	2.49
		الانحراف المعياري	0.72	0.69	0.66	0.97	0.55
المؤهل العملي	بكالوريوس	المتوسط الحسابي	2.17	3.00	1.92	2.95	2.51
		الانحراف المعياري	0.71	0.74	0.71	1.07	0.57
	دراسات عليا	المتوسط الحسابي	2.28	3.24	2.10	3.38	2.75

المتغير	الفئة		العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	عبء العمل	العلاقة مع الطلبة	الراتب والحوافز	الكلي
		الانحراف المعياري	0.76	0.70	0.87	0.93	0.63
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	المتوسط الحسابي	2.41	3.342	2.17	3.46	2.86
		الانحراف المعياري	0.95	0.72	0.88	1.08	0.71
	أكثر من 5 وأقل من 10 سنوات	المتوسط الحسابي	2.28	3.06	2.06	3.08	2.62
		الانحراف المعياري	0.75	0.71	0.83	1.00	0.60
	أكثر من 10 سنوات وأقل من 15 سنة	المتوسط الحسابي	1.98	2.81	1.65	3.21	2.41
		الانحراف المعياري	0.41	0.78	0.42	1.12	0.49
	أكثر من 15 سنة	المتوسط الحسابي	2.08	3.10	1.94	2.70	2.45
		الانحراف المعياري	0.63	0.71	0.69	0.99	0.54

تشير النتائج الواردة في الجدول (13) إلى وجود تباين ظاهري في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك، تبعاً لاختلاف فئات متغيرات النوع الاجتماعي، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (14).

جدول (14)

تحليل التباين المتعدد لأثر النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة على مقياس الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك

مصدر التباين	المتغير التابع	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
المؤهل العلمي قيمة هوتلنج 0.534	العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	0.128	1	0.128	0.245	0.622
	عبء العمل	0.921	1	0.921	1.787	0.184
	العلاقة مع الطلبة	0.849	1	0.849	1.463	0.229
	الراتب والحوافز	1.680	1	1.680	1.690	0.197
	الضغوط النفسية الكلي	0.781	1	0.781	2.353	0.128
سنوات الخبرة قيمة هوتلنج 0.278	العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	1.702	3	0.567	1.082	0.360
	عبء العمل	2.782	3	0.927	1.799	0.152
	العلاقة مع الطلبة	3.068	3	1.023	1.763	0.159
	الراتب والحوافز	5.053	3	1.684	1.694	0.173
	الضغوط النفسية الكلي	1.691	3	0.564	1.698	0.173
النوع الاجتماعي قيمة هوتلنج 0.092	العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	0.604	1	0.604	1.153	0.286
	عبء العمل	1.027	1	1.027	1.994	0.161
	العلاقة مع الطلبة	0.011	1	0.011	0.020	0.889
	الراتب والحوافز	6.947	1	6.947	6.987	*0.010
	الضغوط النفسية الكلي	1.166	1	1.166	3.513	0.064
التفاعل بين	العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	8.946	15	0.596	1.157	0.320

مصدر التباين	المتغير التابع	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
المتغيرات	عبء العمل	12.622	15	0.841	1.702	0.065
	العلاقة مع الطلبة	14.879	15	0.992	1.907	0.06
	الراتب والحوافز	19.837	15	1.322	1.252	0.25
	الضغوط النفسية الكلي	9.510	15	0.634	2.027	0.07
	العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	50.842	87	0.524		
	عبء العمل	49.991	87	0.515		
الخطأ	العلاقة مع الطلبة	56.266	87	0.580		
	الراتب والحوافز	96.442	87	0.994		
	الضغوط النفسية الكلي	32.204	87	0.322		
	العلاقة مع أولياء أمور الطلبة	558.480	102			
	عبء العمل	1033.720	102			
الكلي	العلاقة مع الطلبة	465.760	102			
	الراتب والحوافز	1099.720	102			
	الضغوط النفسية الكلي	729.890	102			

تبين النتائج الواردة في الجدول (14) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α≤0.05) تعزى لأثر النوع الاجتماعي ما عدا بعد (الراتب والحوافز) ومتغير المؤهل العلمي ومتغير سنوات الخبرة على مقياس الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك، في حيث أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند (α≤0.05) تعزى لأثر النوع الاجتماعي في بعد (الراتب الحوافز) حيث أن الفروق جاءت لصالح الذكور فقد بلغ المتوسط الحسابي للذكور (3.45)، فيما كان المتوسط

الحسابي للإناث (2.89). كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر التفاعل بين المتغيرات (النوع الاجتماعي، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي) على مقياس الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:هل تختلف الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين المتعدد، لاستجابات أفراد العينة في مستوى الدافعية نحو العمل تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي كالأتي:

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حسب متغير النوع الاجتماعي والجدول (15) يبين ذلك:

جدول (15)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة

المتغير	الفئة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المؤهل العلمي	بكالوريوس	3.73	0.33
	دراسات عليا	3.67	0.38
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	3.81	0.26
	أكثر من 5 وأقل من 10 سنوات	3.75	0.40
	أكثر من 10 وأقل من 15 سنوات	3.66	0.22
	أكثر من 15 سنة	3.55	0.37
النوع الاجتماعي	ذكر	3.74	0.43
	أنثى	3.69	0.29

تشير النتائج الواردة في الجدول (15) إلى وجود تباين ظاهري في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك، تبعاً لاختلاف لمتغيرات النوع الاجتماعي، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (16).

جدول (16)

تحليل التباين الثلاثي لأثر النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة على مقياس الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
المؤهل العلمي	0.183	1	0.183	1.520	0.221
سنوات الخبرة	0.763	3	0.254	2.109	0.104
النوع الاجتماعي	0.078	1	0.078	646.	0.432
التفاعل بين المتغيرات	0.968	10	0.097	0.785	0.643
الخطأ	11.695	87	0.121		
الكلي	1431.858	102			

تبين النتائج الواردة في الجدول (16) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر النوع الاجتماعي ومتغير المؤهل العلمي ومتغير سنوات الخبرة وللتفاعل بين هذه المتغيرات على مقياس الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك.

النتائج المتعلقة بالسؤال السادس والذي نصه هل تختلف العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية ومستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي.

للإجابة عن هذا التساؤل قام الباحث بإجراء اختبار (Z-Test) من خلال إيجاد قيمة (z) المعيارية المقابلة لكل قيمة من قيم معاملات الارتباط بين مقياس الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل وفقا لكل متغير من متغيرات (النوع الاجتماعي والمؤهل والخبرة التدريسية)

جدول رقم (17)

اختبار (Z-Test) للتحقق من وجود اختلافات في العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل باختلاف النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة

المتغير	فئات المتغير	ن	معامل الارتباط (r)	نسبة التباين المفسر (r^2)	Z_{obs}	Z_{table}	مستوى الدلالة
النوع الاجتماعي	ذكور	37	0.040	0.164	-1.778	1.96±	غير دالة إحصائيا
	إناث	66	0.415	0.172			
المؤهل العلمي	بكالوريوس	68	0.455	0.207	0.29	1.96±	غير دالة إحصائيا
	دراسات عليا	35	0.393	0.154			
الخبرة التدريسية	أقل من 5 سنوات	16	0.508	0.258	0.653	1.96±	غير دالة إحصائيا
	أكثر من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات	50	0.309	0.095			
سنوات الخبرة	أقل من 5سنوات	16	0.503	0.258	0.37	1.96±	غير دالة إحصائيا
	أكثر من 15 سنة	18	0.489	0.239			
	أكثر من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات	50	0.508	0.258	0.75	1.96±	غيردالة إحصائيا
	أكثر من 15 سنة	18	0.286	0.082			

تشير البيانات الواردة بالجدول أعلاه ومن خلال الرجوع إلى قيمة (Z) المحسوبة، وقيمة (Z) الجدولية(1.96±) إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائيا عند مستوى (α≥

0.05) في العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل باختلاف النوع الاجتماعي (ذكور، وإناث)، كما أشارت البيانات إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائيا عند مستوى ($\alpha \leq$ 0.05) العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل باختلاف المؤهل العلمي (بكالوريوس، دراسات عليا)، وأشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائيا عند مستوى ($\alpha \leq$ 0.05) العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل باختلاف سنوات الخبرة.

2.4 مناقشة النتائج

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول والذي نصه ما مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك ؟

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك جاء بمستوى متوسط، وهذا يشير إلى مستوى متوسط في مستوى الضغوط النفسية التي يمر بها المرشدين التربويين عند ممارسة عملهم، كما أظهرت النتائج تصدر البعد (الراتب والحوافز) على كافة أبعاد الضغوط النفسية ومستوى متوسط، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أهمية إعطاء المرشدين التربويين حقهم من الراتب والحوافز المالية، ولا يخفى على أحد أهمية الناحية المادية في تحقيق الراحة النفسية لجميع العاملين ومنهم المرشدين التربويين، كما لا يخفى علينا أن رواتب المعلمين لا زالت بالحضيض خاصة إذا ما قورنت بالرواتب الأخرى وخصوصاً في مجال القطاع الخاص، على الرغم مما يبذله المرشدين من جهود داخل المدرسة في التخفيف من مشاكل الطلبة ومتابعة أمورهم وقضاياهم المختلفة.

وجاء بعد (عبء العمل) في المرتبة الثانية بمستوى متوسط، وهذه النتيجة ترتبط مع نتيجة البعد الأول، فلا يعقل أن يكون الراتب والحوافز المصدر الأول للضغوط النفسية للمرشدين، يتبعهاً ضغوط العمل، فضغوط العمل التي تلقى على عاتق المرشدين التربويين تحتم على الجهات المسؤولية والقائمين على وزارة التربية والتعليم تعويض المرشدين مقابل هذه الضغوط من خلال زيادة رواتبهم وتشجيهم من خلال عمل نظام حوافز للمرشدين التربويين لتشجيهم على العمل بجد وإخلاص.

وجاء بعد (العلاقة مع أولياء أمور الطلبة) في المرتبة الثالثة للضغوط النفسية للمرشدين التربويين بمستوى منخفض، وهذا يشير إلى أن علاقة المرشدين التربويين مع أولياء الأمور جيدة، بدليل انخفاض تقديرات المرشدين لها، فهي لا تشكل ضغوطاً للمرشدين خاصة إذا ما قورنت مع البعدين السابقين، ويمكن أن يعزى ذلك إلى تفهم المرشدين التربويين لأولياء الأمور في متابعة أبنائهم في المدرسة وحرصهم الشديد على سلوكياتهم الجيدة داخل المدرسة، بالإضافة إلى حسن تعامل كل منهما مع الأخر وتقبل الرأي والرأي الآخر.

وجاء بعد (العلاقة مع الطلبة) في المرتبة الرابعة والأخيرة وبمستوى منخفض، وهذا يعني أن علاقة المرشدين التربويين مع الطلبة لا يشكل ضغوطاً نفسية لهم، وهذه النتيجة ترتبط مع البعد السابق، أي أن المرشدين التربويين لا يعانون مع الطلبة ومع أولياء الأمور، وهذا يمكن أن يعزى إلى أن المرشدين التربويين تلقوا تعليماً وتدريباً أسهم إلى درجة كبيرة في التعامل مع الطلبة ومراعاة حاجاتهم وميولهم. ومتابعة أحوالهم، ومما يمكن قوله هنا من وخلال عمل الباحث فإن الطلبة يشعرون براحة عندما يتعاملون مع المرشد حيث يعد الملجأ النفسي لهم ويراعي أحوالهم ويقدم لهم النصح والإرشاد في كل قضاياهم النفسية والتعليمية.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة المطيري (2006) التي أظهرت تصدر بعد (الراتب والترقية) كمصدر أول للضغوط النفسية لدى المرشدين والمرشدات. كما تتفق مع دراسة عبد القادر (2008) من حيث أن مستوى الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين جاء بمستوى متوسط

مناقشة النتائج المتعلقة بالبعد الأول (العلاقة مع أولياء أمور الطلبة)

أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لفقرات هذا البعد تراوحت بين (3.09-1.76) وكلها بمستويات منخفضة ما عدا الفقرة (3) التي جاءت في المرتبة الأولى وبمستوى متوسط والتي تنص على (انزعج من عدم تعاون أولياء الأمور معي) ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن عدم تعاون أوليا الأمور مع المرشدين التربويين يعيق عمل المرشد ويسهم في تحقيق ضغوط نفسية له بسبب عدم قدرته على حل مشاكل الطلبة الذي لا يتعاون أولياء أمورهم مع المرشد في حل مشاكلهم وقضاياهم، ذلك لأن تعاون أولياء

الأمور مع المرشدين يسهم في تحقيق المرشد التربوي أهدافه، ويحقق نجاحات في عمله، ويسهم بالأكيد أخيراً في تقدم الطالب علمياً في مختلف مراحله الدراسية. وجاء في المرتبة الأخيرة الفقرة الرابعة (يرهقني كثرة مراجعة أولياء الأمور لمناقشة مشكلات أبنائهم)، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن الزيارات المتكررة لأولياء الأمور لمتابعة أبنائهم داخل المدرسة لا تسبب ضغوطاً نفسية للمرشدين بدلالة أنها جاءت بمستوى منخفض، وبالتالي الزيارات المتكررة لأولياء الأمور للمدرسة تقلل من الضغوط النفسية لدى المرشدين كونهم يتعاونون مع بعضهم البعض في حل مشاكل الطلبة، وهذه النتيجة تؤكد قوة العلاقة بين المدرسة والمجتمع المحلي، ودور أولياء الأمور في تخفيف الضغوط النفسية على المرشدين التربويين، وتحقيق الراحة النفسية لهم خلال أداء مهامهم الموكلة إليهم.

مناقشة النتائج المتعلقة بالبعد الثاني (عبء العمل)

أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لفقرات هذا البعد تراوحت بين (3.56-2.20) وكلها بمستويات متوسطة ما عدا الفقرة (6) التي جاءت في المرتبة الأخيرة والتي تنص على (اشعر بالإحباط في عملي) وبمستوى منخفض وبمتوسط حسابي (2.20)، وهذا يعني أن المرشدين يمارسون عملهم برغبة وانتماء قويين على الرغم من الأعمال الصعبة التي يقومون بها، بدليل أنها جاءت بمستوى منخفض وأخر رتبة، فالأعباء التي تلقى على عاتق المرشدين التربويين لا تشعرهم بالإحباط على الرغم من كثرتها. وجاء في المرتبة الأولى الفقرة السابعة (تتزايد واجباتي في العمل باستمرار)، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن الأعمال الموكلة للمرشد التربوي صعبة وشاقة، ومع التقدم والتطور في العملية التعليمية تزيد هذه الأعمال، فكل مدرسة من المدارس يعين فيها مرشد تربوي واحد، وهذا لا يكفي ؛ لأن المرشد التربوي لديه أعمال موكلة إليه يقوم بها تجاه طلاب المدرسة، وكثرتهم تسبب له ضغوطاً نفسية، فازدياد الطلبة في المدرسة واعتماد هذه المدرسة على مرشد واحد يسبب له ضغوطاً نفسية لضخامة الأعمال الموكلة إليه وتزايدها وتراكمها مع مرور الوقت.

مناقشة النتائج المتعلقة بالبعد الثالث (العلاقة مع الطلبة)

أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لفقرات هذا البعد تراوحت بين (2.31-1.63) وكلها بمستويات منخفضة، وجاءت الفقرة (15)، في المرتبة الأولى والتي تنص

على (انزعج من استخفاف بعض الطلبة بعمل المرشد والتقليل من أهميته)، وهذا يعني أن المرشدين التربويين لا ينزعجون من استخفاف الطلبة لأنهم يقدرون المرحلة العمرية التي يمرون بها، أو أن الطلبة لا يسخفون بهم أصلاً ، وهذا يشير إلى شخصية المرشد التربوي وعلمه بالواجب الموكل إليه، وأنه يتعامل مع الطلبة بصفة المربي لا بصفة المرعب لهم،وبالتالي لا تسبب هذه القضية ضغوطاً نفسية للمرشد التربوي بشكل كبير. وجاء في المرتبة الأخيرة الفقرة (14) (يضايقني كثرة أسئلة الطلبة أثناء اللقاءات الإرشادية)، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن المرشد التربوي يفتح مجال الحوار والمناقشة مع الطلبة، ويشعرهم بجو من الديمقراطية، فهم لا ينزعجون من استفسارات الطلبة وأسئلتهم ما دامت ضمن دائرة الأدب، وهذا يشير بالتأكيد على قوة العلاقة بين المرشد التربوي والطالب.

مناقشة النتائج المتعلقة بالبعد الرابع (لراتب والحوافز)

أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لفقرات هذا البعد تراوحت بين (3.66– 2.21) وكلها بمستويات متوسطة، وجاءت الفقرة (16)، في المرتبة الأولى والتي تنص على (يضايقني قلة الحوافز التي تقدم للمرشد التربوي) وهذه القضية تشكل عائقاً كبيراً أمام المرشدين التربويين، حيث أن مشاق العمل التي يقومون بها، وما يتعرضون له من صعوبات في عملهم، لا تلقى بعين الرعاية من المسؤولين والقائمين في وزارة التربية والتعليم، لذا فإن الحوافز المادية تسهم إلى حد كبير في زيادة الرغبة لدى المرشدين التربويين بممارسة عملهم بأمانة وإخلاص، وتعزز انتمائهم للعمل الإرشادي، مما يعني أن قلة الحوافز تسبب ضغوطاً نفسية للمرشدين التربويين. وجاء في المرتبة الأخيرة الفقرة (20) (أقوم بعمل إضافي لتغطية احتياجاتي)، وهذا يعني أن المرشد التربوي لا يقوم بأعمال إضافية خارج أوقات الدوام إلا بمستوى منخفض، وتعد هذه القضية خطيرة جداً حيث أن عمل المرشد خارج أوقات الدوام لتغطية احتياجاته يسهم في تقليل انتمائه للمؤسسة التي يعمل بها، وعدم قيامه بواجباته الموكلة له، لما تسببه هذه الأعمال من إرهاق وضعف في أداء العمل، أضف إلى ذلك أن عمل المرشد التربوي خارج أوقات الدوام يعني أن ما يقدم له من راتب وحوافز ضعيفة لا تناسب العمل الذي يقوم به ولا تسد احتياجاته الأساسية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني والذي نصه ما مستوى الدافعية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك؟

أظهرت النتائج أن مستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين بمستوى مرتفع. وأظهرت النتائج أن فقرات مقياس الدافعية جاءت بمستويات مرتفعة ومتوسطة ما عدا الفقرة (7) التي جاءت في المرتبة الأخيرة وبمستوى منخفض.

وجاءت الفقرة (2) والتي تنص على (أقدم الخدمات الإرشادية لمن يحتاجها من الطلبة)، وهذا يشير إلى أن المرشدين التربويين يقومون بأعمالهم على أكمل وجه من وجهة نظرهم، وهذا يدل على أن دافعيتهم للعمل مرتفعة بدليل أنهم يقومون بواجبهم الإرشادي بهذا المستوى. وجاءت الفقرات (4، 3، 11، 6، 16، 10، 14، 5، 8، 17) بمستويات مرتفعة، وهذا يشير إلى أن المرشدين التربويين يمتلكون دافعية عالية تجاه عملهم، فهم يقومون بتنظيم وتجهيز سجلاتهم الإرشادية، وينجزون مهماتهم الموكلة إليهم، ويتحملون المسؤولية لقاء عملهم، وعندهم الميول والرغبة الكافية للقيام بهذا العمل، ويسعون دائماً للتفوق فيما يقومون به، ويعملون لساعات طويلة دون ملل أو كلل، وجاء في المرتبة الأخيرة الفقرة السابعة (أصل إلى عملي متأخراً)، وهذا يشير إلى أن المرشدين التربويين يصلون إلى عملهم كالمعتاد ولا يتأخرون، فهم يبذلون كل ما في وسعهم من أجل استغلال أوقات الدوام كاملة دون تأخر في إنجاز المهمات الموكلة لهم، على الرغم من صعوبة المواصلات وأثرها السيئ على نفسية العاملين ومن بينهم المرشد التربوي، ويمكن أيضاً تفسير ذلك أن كثيراً من المعلمين ومن بينهم المرشدين يمتلكون مركبات خاصة بهم تجعلهم يصلون إلى عملهم دون تأخر.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث والذي نصه ما هي العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك؟

أظهرت النتائج المتعلقة بهذا السؤال عدم وجود علاقة ذو دلالة إحصائية للضغوط النفسية على الدافعية لدى المرشدين التربويين في جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية ما عدا بعد (الراتب والحوافز) قد كان له علاقة دالة إحصائياً بالدافعية، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أهمية بعد (الراتب والحوافز) في تعزيز الدافعية لدى المرشدين التربويين،

ولا يخفى على أحد أهمية الرواتب والحوافز بالنسبة للشخص في زمن تكاثرت فيه المسؤوليات وصارت فيه الكماليات من الأساسيات، وبالتالي فإن قلة الراتب تقلل من الدافعية لدى المرشدين؛ فكيف للمرشد أن يقوم بواجبه على أكمل وجه أو أن يعمل بدافعية مرتفعة وراتبه لا يسد احتياجاته أو يغطي المتطلبات الأساسية له، لذا فإن هذا البعد يشكل خطورة على جميع المعلمين بما فيهم المرشدين التربويين، إضافة إلى ذلك فإن نظام الحوافز والمكافآت تسهم في تعزيز الدافعية عند المرشد التربوي؛ وهذا بلا شك يعزز من دافعيته نحو العمل.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع والذي نصه هل تختلف الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي؟

أظهرت النتائج المتعلقة بهذا السؤال عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر النوع الاجتماعي ما عدا بعد (الراتب والحوافز)، ولمتغير المؤهل العلمي ولمتغير سنوات الخبرة وللتفاعل بينهما على مقياس الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك، وقد يعزى ذلك إلى أن المرشدين التربويين يمرون بنفس الظروف، ويعيشونواقعاً متماثلاً من حيث البيئة المدرسية، والواقع التعليمي، والواجبات الموكلة لهم، وهذا يسهم في التقارب في الضغوط النفسية التي يمرون بها، فهم يمارسون نفس العمل تقريباً ، إضافة إلى التشابه بين فئات المجتمع المحلي في محافظة الكرك، ونوعية الطلبة، مما سبب عدم ظهور فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الضغوط النفسية يعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة المطيري (2006) ودراسة الطوطو (2007) ودراسة عبد القادر (2008) حيث أظهرت هذه الدراسات عدم وجود فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى المرشدين تعزى لأثر النوع الاجتماعي.

فيما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر النوع الاجتماعي في بعد (الراتب والحوافز) وكان هذا الفرق لصالح المرشدين الذكور، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن الذكور يلقى عليهم مسؤوليات تتعلق بالناحية المادية أكبر من الإناث، فكثير من هؤلاء المرشدين متزوجون ينفقون على أسرهم، في ظل الظروف

الصعبة التي يعيشها المرشدين من تدني الرواتب وغلاء المعيشة، مما جعل أثر الراتب والحافز على المرشدين أكثر من المرشدات.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس والذي نصه هل تختلف الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي.

أظهرت النتائج المتعلقة بهذا السؤال عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر النوع الاجتماعي ومتغير المؤهل العلمي ومتغير سنوات الخبرة وللتفاعل بينهما على مقياس الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في محافظة الكرك، ويمكن أن يعزى ذلك إلى تشابه ظروف العمل بين المرشدين التربويين، فلو رجعنا إلى مستوى الدافعية عند المرشدين التربويين بشكل عام لوجدناه حسب نتائج الدراسة مرتفع، وهذا يعني أن دافعية المرشدين التربويين تتقارب من بعضهم البعض بغض النظر عن جنسهم، وخبرتهم،ومؤهلهم العلمي، ويمكن أن يكون السبب أيضاً أن المرشدين التربويين يحظون باحترام وتقدير داخل المدرسة سواء من مدير المدرسة ومن المعلمين، ولهم مكانة كبيرة في نفوس الطلبة، ويحظون كذلك بمحبة أولياء الأمور لهم، مما أثر إيجاباً في رفع دافعية المرشد التربوي بغض النظر عن هذه المتغيرات. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة دسمال، وعبد الرسول (2011) التي أظهرت مستوى دافعية فوق المتوسط لدى المرشدين الاجتماعيين في جامعة البحرين، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة ألجميلي(2009) التي أظهرت تدني مستوى الدافعية لدى المرشدين نحو عملهم، ويمكن أن يعزى الاختلاف إلى اختلاف المنطقة التي أجريت فيها الدراسة؛ حيث أجريت هذه الدراسة في محافظة نينوى/العراق.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال السادس والذي نصه هل تختلف العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية ومستوى الدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك تبعاً لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والنوع الاجتماعي.

أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل تعزى لمتغيرات (النوع الاجتماعي، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة) ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن المرشدين التربويين

يتوافقون إلى حد ما في مستوى الضغوط النفسية التي يمرون بها، ومستوى دافعتيهم نحو العمل بغض النظر عن نوعهم الاجتماعي، وهذا يمكن أن يعزى إلى أن الظروف الاجتماعية والتعليمية التي يمر بها أفراد عينة الدراسة هي نفسها بغض النظر عن جنسهم.

كما أشارت البيانات إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل باختلاف المؤهل العلمي (بكالوريوس، دراسات عليا)، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن المرشدين التربويين يمارسون نفس العمل ويعانون من نفس الضغوط النفسية بغض النظر عن مؤهلهم العلمي.

كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل باختلاف سنوات الخبرة، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن المرشدين التربويين لا تتغير مستويات الضغوط النفسية لديهم بتغير سنوات خبرتهم، فهم يمارسون نفس العمل على مر السنوات، ويقومون بواجباتهم الموكلة لهم على مر السنيين، مما جعل تقاربهم في مستوى الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل بدون أن يكون أثر واضح لسنوات الخبرة في مستوى الضغوط النفسية والدافعية نحو العمل.

3.4 التوصيات

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها فإن الدراسة توصي بما يلي:

1. إعداد برامج ودورات تدريبية للمرشدين والمرشدات في كيفية مواجهة الضغوط النفسية في العمل وتبصيرهم بالطرق والأساليب العلمية للتغلب عليها.
2. إعادة النظر في نظام الحوافز والعلاوات والرواتب المتعلقة بوظيفة المرشد التربوي بحيث يتم وضع سلم رواتب جديد يتناسب مع الأعباء الوظيفية التي يقوم بها المرشد التربوي بوجود توازن بين ما يقدمه من أداء وظيفي وما يحصل عليه من مكافآت.

3. العمل على نشر الوعي في مجال الإرشاد التربوي ودور المرشد التربوي وذلك في المجتمع المدرسي بين الطلبة والمدرسين والإدارة المدرسية وكذلك في المجتمع الخارجي بين أولياء الأمور، وغيرهم من المسؤولين في وزارة التربية والتعليم.
4. العمل على رفع كفاءة المرشدين التربويين بعقد الدورات المختلفة والمتخصصة في الضغوط النفسية والدافعية للعمل.
5. ضرورة تحديد المهام التي يقوم بها المرشد التربوي وتقليل الأعباء الوظيفية التي تلقى على عاتقه.
6. دعوة وزارة التربية والتعليم إلى تعيين أكثر من مرشد تربوي واحد في المدارس وخصوصاً المدارس المكتظة بأعداد الطلبة من أجل تمكينه من القيام بواجباتهم على أكمل وجه.

المراجع

أولاً : المراجع العربية:

أحمد، حافظ.(2007). **قضايا إدارية معاصرة**، القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.

أبو أسعد، أحمد، والغرير، أحمد.(2009). **التعامل مع الضغوط النفسية(Stress Coping)**، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

البلادي، عويضة.(2009). **التوجيه والإرشاد واقع وتطلعات**، المدينة المنورة: مطابع الرشيد.

البيرقدار، تنهيد.(2011). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، **مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية**، 11(1)، 28-56.

توق، محي الدين.(2003). **أسس علم النفس التربوي**، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

جبر، عدنان، و إبراهيم دري.(2012). أساليب التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى المرشدين التربويين،**مجلة جامعة كربلاء**، 10(3)، 71-99.

جعدان، إيمان.(2014). الإجهاد الفكري وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية عند المرشدين التربويين، **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، 7(42)، 112-142.

الجميلي، علي.(2009). مصادر ضغوط العمل لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالدافعية نحو عملهم، **مجلة جامعة كركوك للدراسات الإنسانية**، 4(2)، 97-122

الحربي، نايف.(2009).**الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى المرشدين الطلابيين بالمعاهد العلمية في منطقة الرياض**، رسالة ماجستير غير منشورة: جامعة الأمام محمد بن سعود، الرياض

حسن، شحاتة، والنجار، زينب.(2003). **معجم المصطلحات التربوية والنفسية**، لبنان: الدار المصرية اللبنانية للنشر والتوزيع.

حسن، مصطفي.(2006). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق للنشر.

حسين، طه، وحسين، سلامه.(2006)، **إدارة الضغوط التربوية النفسية**، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

الحسيني، عبد العزيز.(2005)، **ضغوط الحياة وأساليب التعايش معها**، الرياض: دار كنوز اشبيليا.

أبو حماد، ناصر.(2008). **الإرشاد النفسي والتوجيه المهني**، عمان: عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع.

حمادات، محمد.(2008). **السلوك التنظيمي والتحديات المستقبلية في المؤسسات التربوية**، عمان: دار حامد للنشر والتوزيع.

حنفي، عبد الغفار.(2002). **السلوك التنظيمي وإدارة الموارد البشرية**، القاهرة: دار الجامعة الجديدة للنشر والتوزيع.

خليفة، وليد وعيسى، مراد.(2008). **الضغوط النفسية والتخلف العقلي**، الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.

الخيري، حسن.(2008). **الرضا الوظيفي ودافعية الانجاز لدى عينة من المرشدين المدرسيين بمراحل التعليم العام بمحافظتي الليث والقنفذة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى: المملكة العربية السعودية

دخان، نبيل والحجار، بشير.(2006). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، **مجلة الجامعة الإسلامية، 14(2)، 369-398**

دسمال، حسن وعبد الرسول، علي.(2011). **مؤتمر التوجيه والإرشاد بين الواقع ورؤى وتطلعات (1-3 فبراير،2011)**، جامعة البحرين: البحرين.

الدنيش، فيصل.(2003). **التوجيه والإرشاد الطلابي**، الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.

رسلان، محمود يونس.(2012). **دافعية الانجاز المفهوم والنظرية والتطبيق**، مركز الترجمة والتأليف والنشر، الرياض: جامعة الملك فيصل.

الرشيدي، هارون.(1999). **الضغوط النفسية**، القاهرة: مكتبة الأنجلو.

أبو رياش، حسين، والصافي، عبد الحكيم، وعمور، أميمه، وشريف، سليم.(2006). **الدافعية والذكاء العاطفي**، عمان: دار الفكر للنشر.

الريماوي، محمد.(2006). **علم النفس العام**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
الزعبي، أحمد.(2002).**الإرشاد النفسي**،عمان: دار زهران للنشر والتوزيع.
الزغول، عماد والهنداوي، علي.(2002). **مدخل إلى علم النفس**، العين: دار الكتاب الجامعي.
السفاسفة، محمد.(2005). إدراك المرشدين لأهمية العمل في مجالات الإرشاد(النمائي والوقائي والعلاجي) في بعض المدارس الأردنية: **مجلة جامعة دمشق، 21(2)، 91-129.**
الشاعر، جاسم.(2011). **الضغوط النفسية التي تتعرض لها المرأة الفلسطينية في محافظة قلقيلية نتيجة للعدوان الإسرائيلي أثناء انتفاضة الأقصى**، رسالة ماجستير غير منشورة: جامعة النجاح الوطنية:غزة.
شيخاني، سميرة.(2003).**الضغط النفسي**، بيروت: دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
الضامن، منذر.(2015). **الإرشاد النفسي أسسه النفسية والنظرية**، ط2، دولة الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
طشطوش، رامي ومزاهرة، رانية.(2010). الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي في محافظة عجلون، **مجلة الدراسات التربوية والنفسية**، 4(2)، 20-51
الطوطو، هنادي.(2007). **مصادر الضغوط النفسية لدى المرشدين النفسيين دراسة ميدانية في المؤسسات التعليمية في الجمهورية العربية السورية**، جامعة دمشق: سوريا
العاسمي، رياض.(2010)، **المبادئ العامة لعلم النفس الإرشادي**، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
عبد الرحيم، سماح.(2012). **الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طيبة: المملكة العربية السعودية
عبد القادر، رسمية.(2008). الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية في محافظات شمال فلسطين، **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات**، 4(13)، 155-197

عبد العزيز، محمد.(2011). **علم النفس العلاجي واتجاهاته الحديثة**، القاهرة: دار الطباعة للنشر والتوزيع

عبد الله، محمد.(2001). **مدخل إلى الصحة النفسية**، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.

عبيد، ماجدة.(2008). **الضغط النفسي مشكلاته وأثره على الصحة النفسية**، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

العتوم، عدنان، والعلاونة، شفيق، والجراح، عبد الناصر، وأبو غزال، معاوية.(2005). **علم النفس التربوي النظرية والتطبيق**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

عثمان، رقية.(2013)،**استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية السلبية والايجابية**، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

عثمان، فاروق.(2001). **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، القاهرة: دار الفكر العربي.

عدس، عبد الرحمن، ويوسف، قطامي.(2003). **علم النفس التربوي النظرية والتطبيق**، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

العزة، سعيد.(2001).**الإرشاد النفسي أساليب وفنيات**، عمان: الدار العلمية الدولية للنشر.

عسكر، علي.(2003). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها (الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق)**، الكويت: دار الكتاب الحديث للنشر.

عسكر، علي.(1998). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، القاهرة: دار الكتاب الحديث.

عطية، محمود.(2010). **ضغوط المراهقين وعلاقتها بالصحة النفسية**، القاهرة: منشورات جامعة 6 أكتوبر.

غانم، محمد.(2008).**الشباب المعاصر وأزماته**،القاهرة: مكتبة الدار العربية للكتاب.

غباري، ثائر.(2008). **الدافعية النظرية والتطبيق**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

غباري، ثائر، وأبو شعيرة، خالد.(2009). **علم النفس التربوي وتطبيقاته الصفية**، عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

الفرماوي، حمدي.(2004). **دافعية الإنسان بين النظريات المبكرة والاتجاهات المعاصرة**، القاهرة: دار الفكر العربي للنشر.

الفرماوي، حمدي و عبد الله، رضا.(2009). **الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة،** عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

قطامي، يوسف.(2005). **أسس علم النفس التربوي،** عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

كامل، محمد.(2004). **الضغوط النفسية ومواجهتها،** القاهرة: مكتبة أبن سيناء للنشر والتوزيع.

الكبيسي، وهيب، والداهري، صالح.(2000). **مدخل في علم النفس التربوي،** عمان: دار الكندي للنشر والتوزيع.

كفافي، علاء الدين.(2006). **موسوعة علم النفس التأهيلي،** القاهرة: دار الفكر العربي للنشر.

كوافحة، تيسير.(2004).**علم النفس التربوي وتطبيقاته في مجال التربية الخاصة،** عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

محمد، عبد العزيز.(2005). **سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي،** القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

مداح، ظلال، وسيد، مصطفى.(2010). **التوجيه والإرشاد النفسي،** الرياض: مكتبة الرشد للنشر.

المصري، إبراهيم.(2009).**الإرشاد النفسي أسسه وتطبيقاته،** اربد: عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع.

نزال، ياسمين.(2012). **العنف الموجه ضد الأخصائيين النفسيين من قبل المنتفعين والدافعية للاستمرار في مهنة الخدمة الاجتماعية،** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس: فلسطين

النعاس، عمر.(2008). **الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية،** القاهرة: منشورات جامعة 6 أكتوبر.

النوايسة، فاطمة.(2013). **الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة،** عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع.

هريش، خالد.(2014). العنف الموجه ضد الأخصائيين الاجتماعيين من قبل المنتفعين والدافعية للاستمرار في مهنة الخدمة الاجتماعية في مدينة أم الفحم، **مجلة جامعة القدس للدراسات الإنسانية والاجتماعية، 41(1)، 163-172**

بن يحكم، سعيدة، وبونوة، فوزية.(2011). **مستوى الدافعية للعمل لدى عمال مؤسسة سونلغاز بورقلة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة: الجزائر.

يوسف، جمعة.(2007). **إدارة الضغوط**، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث في العلوم الهندسية: جامعة القاهرة

يوسف، جمعه.(2004). **إدارة ضغوط العمل، نموذج التدريب والممارسة**، القاهرة: ايتراك للطباعة والنشر.

بني يونس، محمد.(2006). **سيكولوجية الدافعية والانفعالات**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Babu. M, Hanish. (2008). *Physical causes of Stress. Skyline Harmony Villas*, Trichardt, Kerala: India.

Jennifer. S, Barna. (2009).*Elementary School Counselors, Situational Motivation, Perception of Importance. and Level of Implementation of Personal/ Social Development Standards as Strategy for Supporting Student Academic Achievement*, Doctor of philosophy in counseling education, Falls church, Virginia.

Bodger, C. (1999). *Smart Guide to Relieving Stress*, New York: John Wiley and Sons, Inc.

Bulent, G. (2012). *Self efficacy and Burnout in Professional School Counselors,* Mersin University; Turkey.

Cleary, T. J., Gobi, A., and Prescott, M. V. (2010). Motivation and Self Regulation assessments: Professional practices and needs of School psychologists. *Psychology in the Schools*, *47*(10), 985-1002.

Cummings, J.D. (2002). *The Role of Counselors in Rural Elementary School as Perceived by Principals and Counselor*, USA: Sam Houston state University.

Davidyan, A. (2008). *Theories of Stress,* American Medical Network: American Hypertension. Association: USA.

Kumary, Ajvir & Barker, Martin.(2008).Stresses Reported by KU Trainee counseling psychologists. *Counseling Psychology Quarterly*, 21(1), 19-28.

Larkin, K. (2005). *Stress and Hypertension Examining the Relation Between, Psychological and High Blood* Pressures, USA: Yale University .press. Retrieved in February 20- 2013.

Layne C, M, Honishil, T, H, and Singh.(2004).The Relationship of Occupational Stress Psychological strain, and Coping Resources to the Turnover Intentions of Rehabilitation Counselor, *.Rehabilitation Counseling Bulletin*, 48(1),19-30

Linden, Charles. (2002).*What is Stress and what is Connection to Anxiety*? New York: Life wise, publishing Ltd.

Mark, G. M. and smith, A. P. (2008). *Stress Models: A Review and Suggested New. Direction,*vol3, EA-OHP, Series, Edited by J. Houdon and. S. Leak. Nottingham University Press, 111-194.

Mcshane, S.L .(2006). *Work-Related, Stress and Stress, Management*, New York City: MC Grow-Hill Higher Education.

Nelson, J. Ron. (2000)."Sources of Occupational Stress for Teachers Emotional and Behavioral Disorder", *Journal of Emotional and Behavioral* Disorder, 9(2). 123.

Nobles, M .(2011). *Factors that Influence School Counselor. Burnout* Counselor Education, Master's Thesis. 153.

Ornelas, and Kleiner, B. (2005). *New Development in Managing Job, Related Stress, Guide*, Emerald.(ED). Stress Management.

Portman, Sandy, K. (1985). Consultation Stressors and Stress Management, *Paper Presented at the Annual Convention of the American Psychological*, Association Lose Angles.

Rich, y, and Shiram, Z. (2005). *Perception of Educational Research*, 98(6), 366-375.

Rigger, C, and Graham, G. (2011). When Social Works, Are Stalked: Risks_ Strategies. and Legal Protections, *Clinical Social Work Journal*, 39(3)232-242.

Ryan R. M, Lynch, M, F, Vansteenkiste, M, and Deli, E.L. (2010*).Motivation and Autonomy in Counseling, Psychotherapy, and Behavior Change; A Look at Therapy and Practice the Counseling Psychologist.*

Ryle, Andrea. (2006). *Do School Counselors Master? Mattering as a Moderator Between Job Stress and Job Satisfaction, Professional School Counseling*, 9(3), 206-215.

Sawyer, R. (2005), *Stress the Silent Killer*. Book Wholesaler, Hitch United. Australia Pty. Ltd, Hoddle, Street. Abbotsford, Melbourne: Australia

Sayiner, B. (2006). Stress Level of University Student. Istanbul University *Journal of Science*.5 (10)23-34.

Serine. N, and Bullet. O. (2012). Analysis of How Counselors Cope with Negative Thoughts and Stress, Hacettepe, University Egotisms, Faculties Dirges (*H.U, Journal of Education*).OzelSayi2:146-153

Singh. (2001). *Organizational Behavior Concepts, Theory and Practice,* New Delhi: Deep and Deep Publication Pvt. LTD.

Thomas, M. (2003). *Organizational Behavior Concepts, Theory and Practice* .New Delhi; Deep and Deep publication.

Wallace, S. L, Lee , J, and Lee, S,M.(2010).Job Stress, Coping Strategies, and Burnout Among abuse- Specific Counselors, *Journal of Employment Counseling*,47(3),111-122.

William, a, and W, Lieberman. (2001). Counseling In School, *Journal of Responsibilities Obstacles of Educational Advisor and Relationship with his Personality Characteristics at the Intermediate Stage*.

ملحق (أ)

الإستبانة في صورتها الأولية



بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

حضرة الدكتور .... الفاضل

تحية طيبة وبعد ...

يقوم الباحث بإجراء دراسة ميدانية بعنوان:

" **الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك** " وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي.

علماً أن أداة الدراسة تتكون من مقياسين: **(مقياس الضغوط النفسية)** و **(مقياس الدافعية نحو العمل).**

ونظراً لما تتمتعون به من اطلاع وخبرة عريقة أرجو من حضرتكم التكرم بتحكيم أداة هذه الدراسة، وإبداء وجهة نظركم حيال ما ترونه من إضافة أو حذف أو تعديل.

وتقبلوا فائق التقدير والاحترام شاكراً لكم حسن التعاون

بيانات السيد محكم المقياس:

الدرجة العلمية	التخصص	مكان العمل الحالي

الباحث: مراد كاسب البوات

ماجستير إرشاد نفسي

مقياس الضغوط النفسية

الرقم	الفقرة	مناسبة الفقرة		وضوح الفقرة		انتماء الفقرة		ملاحظات
		مناسبة	غير مناسبة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
مجال العلاقة مع أولياء أمور الطلبة								
1	اشعر بالإحباط من عدم ثقة أولياء الأمور بعملي الإرشادي							
2	تنعكس المشكلات التي أواجهها مع أولياء الأمور على أدائي في العمل							
3	أنزعج من عدم تعاون أولياء الأمور معي							
4	يرهقني كثرة مراجعة أولياء الأمور لمناقشة مشكلات أبنائهم.							
5	أتضايق كثيرا من الزيارات المنزلية لأولياء الأمور							
مجال عبء العمل								
6	اشعر بالإحباط في عملي							
7	تتزايد واجباتي في العمل باستمرار							
8	أتضايق من عدم وجود وقت كافي لإجراء الجلسات الإرشادية							
9	أعاني من التعب في نهاية الدوام المدرسي							
10	أتحمل أعباء أكثر من							

الرقم	الفقرة	مناسبة الفقرة		وضوح الفقرة		انتماء الفقرة		ملاحظات
		مناسبة	غير مناسبة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
	زملائي في المدرسة							
11	أقوم بأعمال أخرى إضافية غير عملي الإرشادي							
12	اشعر بالملل أثناء الدوام الرسمي							
مجال العلاقة مع الطلبة								
13	يزعجني كثرة مراجعة الطلبة لي بشأن مشكلاتهم							
14	اتعب كثيراً عندما أحاول حل مشكلات الطلبة							
15	العمل ليوم كامل مع الطلبة أمراً متعب ومزعج							
16	يضايقني كثرة أسئلة الطلبة أثناء اللقاءات الإرشادية							
17	أنزعج من استخفاف بعض الطلبة بعمل المرشد والتقليل من شأنه							
الراتب والحوافز								
18	يضايقني قلة الحوافز التي تقدم للمرشد التربوي							
19	أتقاضى راتبا اقل مما استحق							
20	المكافآت الإضافية التي							

الرقم	الفقرة	مناسبة الفقرة		وضوح الفقرة		انتماء الفقرة		ملاحظات
		مناسبة	غير مناسبة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
	احصل عليها مجزية							
21	راتبي لا يؤمن لي جميع احتياجاتي.							
22	أترك مهنتي كمرشد إذا أتيح لي راتب أعلى							
23	أشعر بعدم مناسبة راتبي مع مؤهلي العلمي							
24	أقوم بعمل أضافي لتغطية حاجاتي							
25	راتبي لا يؤمن لي المستقبل الجيد							

مقياس الدافعية نحو العمل

الرقم	الفقرة	مناسبة الفقرة		وضوح الفقرة		انتماء الفقرة		ملاحظات
		مناسبة	غير مناسبة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
1	اعمل لساعات طويلة دون ملل							
2	أقدم الخدمات الإرشادية لمن يحتاجها من الطلبة							
3	أنجز جميع المهمات المطلوبة مني دون تأخر							
4	أقوم بتنظيم وتجهيز سجلاتي الإرشادية كاملة							
5	أشجع الآخرين بدراسة تخصص الإرشاد التربوي							
6	أشعر بالسعادة أثناء حصص التوجيه الجمعي							
7	أصل إلى عملي متأخراً							
8	لدي الرغبة في أنجاز يفوق التوقعات							
9	يزعجني عدم وجود مكان مخصص للإرشاد التربوي في المدرسة							
10	لدي استعداد للعمل							

الرقم	الفقرة	مناسبة الفقرة		وضوح الفقرة		انتماء الفقرة		ملاحظات
		مناسبة	غير مناسبة	واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	
	الإرشادي في أي مدرسة							
11	التزم بأوقات الدوام الرسمي							
12	أسعى لتطبيق الاختبارات والمقاييس المتوفرة							
13	أتثاقل من حضور الدورات التدريبية التي تخص الإرشاد التربوي							
14	يتناسب العمل الإرشادي مع ميولي ورغباتي							
15	رغبتي في تطوير نفسي عملياً محدودة							
16	أتحمل مسؤولية كبيرة نحو عملي الإرشادي							
17	أقوم بإنجاز أي أعمال أخرى يطلبها مني المدير بسرعة							
18	ينتهي عملي الإرشادي بنهاية الدوام المدرسي							

ملحق (ب)

الإستبانة في صورتها النهائية



بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

عزيزي المرشد التربوي/ المرشدة التربوية

تحية طيبة وبعد ...

يقوم الباحث بإجراء دراسة ميدانية بعنوان:

" **الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الكرك** "وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي.

علماً أن أداة الدراسة تتكون من مقياسين: **(مقياس الضغوط النفسية)** و **(مقياس الدافعية نحو العمل).**

لذا أرجو منكم تعبئة الفقرات علماً بأن بيانات هذه الدراسة سرية ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي

وتقبلوا فائق التقدير والاحترام شاكراً لكم حسن التعاون

الباحث: مراد كاسب البوات

ماجستير إرشاد نفسي

القسم الأول: المعلومات العامة

يهدف هذا القسم إلى تقديم معلومات عامة عن الموظف. الرجاء وضع إشارة (√) أمام رمز الإجابة المناسبة:

1- المؤهل العلمي:

بكالوريوس ☐ دراسات عليا (ماجستير/دكتوراة) ☐

2- سنوات الخبرة:

أقل من 5 سنوات ☐ أكثر من 5 وأقل من 10 سنوات ☐

أكثر من 10 وأقل من 15 سنوات ☐ أكثر من15سنة ☐

3- النوع الاجتماعي:

ذكر ☐ أنثى ☐

4- الحالة الاجتماعية:

أعزب ☐ متزوج ☐

القسم الثاني: مقياس الضغوط النفسية ومقياس الدافعية نحو العمل

أولاً : مقياس الضغوط النفسية

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
البعد الأول: العلاقة مع أولياء أمور الطلبة						
1	اشعر بالإحباط من عدم ثقة أولياء الأمور بعملي الإرشادي					
2	تنعكس المشكلات التي أواجهها مع أولياء الأمور على أدائي في العمل					
3	انزعج من عدم تعاون أولياء الأمور معي					
4	يرهقني كثرة مراجعة أولياء الأمور لمناقشة مشكلات أبنائهم.					
5	أتضايق كثيرا من الزيارات المنزلية لأولياء أمور الطلبة					
البعد الثاني: عبء العمل						
6	اشعر بالإحباط في عملي					
7	تتزايد واجباتي في العمل باستمرار					
8	أعاني من التعب في نهاية الدوام المدرسي					
9	أتحمل أعباء أكثر من زملائي في المدرسة					
10	أقوم بأعمال أخرى إضافية غير عملي الإرشادي					
البعد الثالث: العلاقة مع الطلبة						
11	انزعج من كثرة مراجعة الطلبة لي بشأن مشكلاتهم					
12	اتعب كثيرا عندما أحاول حل مشكلات الطلبة					
13	يرهقني العمل ليوم كامل مع الطلبة					

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
14	يضايقني كثرة أسئلة الطلبة أثناء اللقاءات الإرشادية					
15	انزعج من استخفاف بعض الطلبة بعمل المرشد والتقليل من أهميته					
البعد الرابع: الراتب والحوافز						
16	يضايقني قلة الحوافز التي تقدم للمرشد التربوي					
17	أتقاضى راتبا اقل مما استحق					
18	اترك مهنتي كمرشد إذا أتيح لي راتب أعلى					
19	اشعر بعدم مناسبة راتبي مع مؤهلي العلمي					
20	أقوم بعمل إضافي لتغطية احتياجاتي					

ثانياً: مقياس الدافعية نحو العمل

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	اعمل لساعات طويلة دون ملل					
2	أقدم الخدمات الإرشادية لمن يحتاجها من الطلبة					
3	أنجز جميع المهمات المطلوبة مني دون تأخر					
4	أقوم بتنظيم وتجهيز سجلاتي الإرشادية كاملة					
5	أشجع الآخرين بدراسة تخصص الإرشاد التربوي					
6	اشعر بالسعادة أثناء حصص التوجيه الجمعي					

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
7	أصل إلى عملي متأخراً					
8	لدي الرغبة في انجاز يفوق التوقعات					
9	يزعجني عدم وجود مكان مخصص للإرشاد التربوي في المدرسة					
10	لدي استعداد للعمل الإرشادي في أي مدرسة					
11	التزم بأوقات الدوام الرسمي بدقه					
12	أسعى لتطبيق الاختبارات والمقاييس المتوفرة					
13	أتثاقل من حضور الدورات التدريبية التي تخص الإرشاد التربوي					
14	يتناسب العمل الإرشادي مع ميولي ورغباتي					
15	رغبتي في تطوير نفسي عمليا محدودة					
16	أتحمل مسؤولية كبيرة نحو عملي الإرشادي					
17	أقوم بانجاز أي أعمال أخرى يطلبها مني المدير بسرعة					
18	ينتهي عملي الإرشادي بنهاية الدوام المدرسي					

ملحق (ج)

أسماء المحكّمين

الرقم	الاسم	الدرجة العلمية	مكان العمل
1	لمياء الهواري	دكتوراه إرشاد نفسي	جامعة مؤتة
2	عبد الناصر القرالة	دكتوراه إرشاد نفسي	جامعة مؤتة
3	احمد بني ملحم	دكتوراه تربية خاصة	جامعة مؤتة
4	صبري حسن الطراونة	دكتوراه قياس وتقويم	جامعة مؤتة
5	عمر الهويمل	دكتوراه مناهج وطرق تدريس لغة عربية	جامعة مؤتة
6	نائل البكور	دكتوراه علم نفس	جامعة مؤتة
7	فواز المومني	دكتوراه إرشاد نفسي	جامعة اليرموك
8	عمر شواشرة	دكتوراه إرشاد وتوجيه	جامعة اليرموك
9	احمد الشريفين	دكتوراه إرشاد نفسي	جامعة اليرموك
10	علاء الدين عبيدات	دكتوراه علم نفس تربوي	جامعة اليرموك
11	محمد عفيف الجعافرة	دكتوراه إرشاد نفسي	المجلس الأعلى للشباب

ملحق (د)

كتب تسهيل المهمة